

**MINISTERSTVO ŠKOLSTVA, VEDY, VÝSKUMU A ŠPORTU  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY**

**ŠTÁTNY PEDAGOGICKÝ ÚSTAV BRATISLAVA**

**OBSAH VZDELÁVANIA**

**PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK**

**PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autori**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

**PaedDr. Andrea Šedibová**

**PaedDr. Mária Tekelová**

**a kolektív**

**2012**

## ÚVOD

Žiaci s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím v jednotlivých regiónoch Slovenska, vzhľadom na svoje špecifické postihnutie, nemali možnosť posledný ročník povinnej desaťročnej školskej dochádzky absolvovať, resp. po jej ukončení pokračovať vo vzdelávaní v žiadnom z tých typov škôl, ktoré sú zriaďované pre žiakov s inými druhmi postihnutí alebo pre intaktnú populáciu.

Vhodnou perspektívou na dokončenie ich povinnej školskej dochádzky a absolvovanie profesijnej prípravy je navštevovanie tried s individuálnym vzdelávacím programom pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím v praktickej škole.

Vzdelávanie v triedach s individuálnym vzdelávacím programom v praktickej škole z hľadiska organizácie práce nadväzuje na využívanie overených metód a foriem práce so žiakmi s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím v základnej škole pre žiakov s autizmom, výrazne odlišných od metód a foriem práce, ktoré pedagógovia využívajú v triedach praktickej školy pre žiakov so zdravotným postihnutím bez autizmu.

Cieľom vzdelávania žiakov v triedach s individuálnym vzdelávacím programom v praktickej škole je poskytnúť žiakom s uvedenou diagnózou efektívne vzdelávanie. Ďalším dôležitým cieľom uvedeného vzdelávania je kvalitatívne pozitívne ovplyvniť ďalší život jeho absolventov.

Žiak s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím, ktorý by ukončil svoju školskú dochádzku v 16. roku svojho života jednak nie je schopný byť zárobkovo činný, ani viesť samostatný život, no najmä prerušenie jeho edukácie v dôležitej fáze vývinu, akou je dospievanie, by viedlo k jeho rýchlemu regresu.

## OBSAH

ÚVOD .....	2
OBSAH .....	3
SLOVENSKÝ JAZYK A LITERATÚRA .....	5
1. ročník .....	7
2. ročník .....	11
3. ročník .....	14
ROZVÍJANIE KOMUNIKAČNEJ SCHOPNOSTI .....	17
1. ročník .....	19
2. ročník .....	22
3. ročník .....	21
ROZVÍJANIE SOCIÁLNYCH ZRUČNOSTÍ .....	24
1. ročník .....	27
2. ročník .....	27
3. ročník .....	29
MATEMATIKA .....	36
1. ročník .....	38
2. ročník .....	41
3. ročník .....	44
VÝCHOVA UMENÍM .....	46
1. ročník .....	48
2. ročník .....	52
3. ročník .....	56
TELESNÁ VÝCHOVA .....	59
1. ročník .....	61
2. ročník .....	63
3. ročník .....	65
ZDRAVOTNÁ VÝCHOVA .....	67
1. ročník .....	69
2. ročník .....	71
3. ročník .....	73
PRÍPRAVA JEDÁL A VÝŽIVA .....	75
1. ročník .....	77
2. ročník .....	80
3. ročník .....	82
DOMÁCE PRÁCE A ÚDRŽBA DOMÁCNOSTI .....	84
1. ročník .....	86
2. ročník .....	88
3. ročník .....	90
POMOCNÉ PRÁCE S KANCELÁRSKOU TECHNIKOU .....	92
1. ročník .....	94
2. ročník .....	96
3. ročník .....	98

POMOCNÉ ZÁHRADNÍCKE PRÁCE .....	101
1. ročník .....	103
2. ročník .....	106
3. ročník .....	107
POMOCNÉ PRÁCE V KUCHYNI .....	109
1. ročník .....	111
2. ročník .....	114
3. ročník .....	116

**SLOVENSKÝ JAZYK A LITERATÚRA**  
**PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK**  
**PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI**  
**VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM**  
**V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM**  
**V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autorka**

**PaedDr. Mária Tekelová**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

V 1. ročníku každá vyučovacia hodina predmetu slovenský jazyk a literatúra zahŕňa prvky zložiek čítanie a gramatika. Prvky gramatiky sa pri vyučovaní využívajú jednak na ďalší nácvik upevňovania písania (základné ciele), ale aj pri čítaní spojenom s písaním, zameraným na praktické využitie zložiek čítanie a gramatika/písanie (rozšírené ciele).

Na každej druhej vyučovacej hodine slovenského jazyka a literatúry sa zaraďujú aj prvky literárnej výchovy a slohovej výchovy.

V 2. ročníku na každej vyučovacej jednotke predmetu slovenský jazyk a literatúra, rovnako ako tomu bolo v prvom ročníku tohto typu tried, sa využívajú prvky obidvoch základných zložiek tohto predmetu, t. j. čítania a gramatiky. Dôležitou súčasťou gramatickej zložky je písanie – jeho rozvíjanie, upevňovanie na tom stupni, ktorý je žiak schopný zvládnuť a prakticky využiť. Na každej druhej hodine sa pri vyučovaní predmetu slovenský jazyk zaraďujú aj prvky literárnej výchovy a slohovej výchovy a to bez toho, aby sa im hodina vyčleňovala samostatná vyučovacia jednotka. Ide v nich najmä o prácu so slovom, pokiaľ možno s oporou – pripraveným textom, alebo spolu s učiteľom tvoreným textom na určitú tému a o prezentáciu vlastných myšlienok žiaka. Vychádza sa spravidla z uceleného literárneho útvaru – príbeh, rozprávka, poviedka, epický rýmovaný útvar alebo z textu zameraného aktuálne - situačne aj tematicky.

Vyučovacie hodiny sa ani v 3. ročníku nečlenia podľa jednotlivých zložiek predmetu slovenský jazyk a literatúra. Čítanie, písanie, gramatiku, slohovú výchovu aj literárnu výchovu je nevyhnutné organicky prepájať. Zaradenie vyučovacích hodín slovenského jazyka a literatúry s prevahou niektorej zo zložiek jednotlivo, alebo cyklus viacerých takýchto hodín idúcich za sebou, je vhodné, ak takto plánované a pripravované sledujú určitý zámer.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

### Základné ciele

- Poznať písmená slovenskej abecedy,
- vedieť prečítať jednoduché slová napísané písmenami veľkej tlačenej abecedy,
- chápať zmysel slova prečítaného žiakom alebo učiteľom,
- chápať zmysel jednoduchého slovného spojenia prečítaného žiakom alebo učiteľom,
- vedieť priradiť písmená malej tlačenej abecedy k ich ekvivalentom napísaným v tvaroch veľkej tlačenej abecedy,
- vedieť vyhľadať slovo, ktoré označuje určený predmet, vlastnosť, jav, činnosť,
- vedieť napísať (alebo zostaviť z predtlače) slovo a označiť ním určený predmet, vlastnosť, jav, činnosť,
- vedieť si vypočítať umelecký text alebo reálny text s jednoduchým dejom prečítanými pedagógom, so zameraním na ľudskú činnosť, medziľudské vzťahy a prírodu, z časopisov a kníh pre deti, mládež, dospelú populáciu,
- vedieť odpovedať na otázky týkajúce sa textu prečítaného pedagógom, s podporou obrázka, symbolu, fotografie, resp. reagovať na otázku iným spôsobom (augmentatívna komunikácia).

### Rozšírené ciele

- Vedieť prečítať vetu a krátky text s porozumením,
- vedieť napísať pomenovania osôb, predmetov, vlastností, javov a činností, s ktorými žiak bežne prichádza do styku (všeobecné podstatné mená),
- vedieť napísať pomenovania osôb a predmetov v jednotnom aj množnom čísle podľa reálnej skutočnosti,
- vedieť rozlíšiť podľa interpunkčných znamienok uvedených za vetou, či ide o vetu oznamovaciu, opytovaciu alebo rozkazovaciu, prípadne aj zvolaciu,
- vedieť napísať jednoduchú vetu s dvomi až tromi vetnými členmi (podmetom, prísudkom a príslovkovým určením – bez určovania vetných členov!),
- vedieť prečítať s porozumením návod na vykonanie jednoduchej činnosti,
- vedieť urobiť zápis o vykonanej činnosti pomocou niekoľkých slov,
- vedieť vyhľadať v časopise článok podľa svojho záujmu a prečítať ho,
- vedieť bez otázok povedať stručný obsah z prečítaného textu.

## OBSAH

### Obsah vychádzajúci zo základných cieľov

Zopakovanie písmen veľkej tlačenej abecedy.

Zopakovanie čítania písmen malej tlačenej, resp. písanej abecedy – so žiakmi, ktorí ich ovládajú z predchádzajúceho vzdelávania.

Nácvik čítania písmen malej tlačenej abecedy - so zameraním sa na písmená, ktoré sa svojím tvarom odlišujú od ich podoby vo veľkej tlačenej abecede. Čítanie jednoduchých slov pozostávajúcich z písmen, ktoré sa práve preberajú pri ich opakovaní a utvrdzovaní.

Čítanie a písanie písmen a ich spojení v slovách. Pri písaní postačuje používanie tvarov písmen veľkej tlačenej abecedy, ak žiak doteraz nepoužíval iné tvary písma.

Čítanie slov označujúcich osoby blízke žiakovi, predmety dennej potreby, pomôcky, ktoré pozná.

Odpisovanie slov, resp. písanie diktovaných slov označujúcich predmety dennej potreby a bežné činnosti, s postupným zameraním sa na slová označujúce pomôcky, materiál, pracovné nástroje a náradie a miesto súvisiace s odbornou-praktickými predmetmi.

Priradovanie slov, resp. symbolov k reálnym alebo vyobrazeným predmetom a graficky znázorneným činnostiam – nákres, ilustrácia, fotografia (pri augmentatívnej komunikácii).

Samostatné písanie slov – pomenovávanie vyššie uvedených predmetov, činností a javov.

Pri čítaní a písaní slov z vyššie uvedeného okruhu (odbornou-praktické predmety) písomne (alebo len ústne, resp. gestom) dopĺňať slovo, ktoré vyjadruje ich funkciu, použitie.

Počúvanie pedagógom čítaných krátkych literárnych útvarov podľa záujmov žiaka - články z časopisov pre deti a mládež, resp. z vhodnej knižky, ktorú by si mohol žiak obľúbiť na základe jej témy alebo ilustrácií (prvky literárnej výchovy).

Overovanie a navodzovanie pochopenia obsahu alebo zmyslu prečítaného textu, príbehu, udalosti, popisu činnosti s využitím ilustrácií, fotografií (prvky slohovej výchovy).

### **Obsah vychádzajúci z rozšírených cieľov**

Čítanie textu s porozumením. Zameranie sa na čítanie viet a krátkych článkov s priamou rečou. Upevňovanie rozlišovania oznamovacej vety od vety opytovacej a rozkazovacej, resp. zvolacej.

Písanie krátkych diktovaných viet s rôznymi interpunkčnými znamienkami na konci vety s ich rozlišovaním podľa intonácie alebo významu.

Písanie jednoduchých viet po položení otázky alebo ukázaní predlohy (situačný obrázok, fotografia) so základnými vetnými členmi, ktoré jej dávajú zmysel, t. j. podmetom, prísudkom a postupným rozvíjaním vety prostredníctvom príslovkového určenia (miesta, času, spôsobu...), prívlastku a iné, napr.: *Obrázok (fotografia)* – „Napíš, čo vidíš na obrázku.“ (Teta nesie tašku. Teta nesie ťažkú tašku. Dievča má zmrzlinu. Dievča má jahodovú (ružovú) zmrzlinu. Vidím les. Ľudia idú do lesa. Deti idú z lesa. Zvieratá sú v lese. Stolár píli. Stolár píli pílu. Stolár píli dosku. Píla je ostrá).

Nácvik ovládania abecedy spamäti – využívanie poradia písmen v abecede pri vyhľadávaní v zozname miest, mien a pod. a v iných reálnych zoznamoch vytvorených podľa abecedného poriadku.

Čítanie návodu na vykonanie jednoduchej činnosti z individuálne pripraveného pracovného listu pre žiaka – s uvedomovaním si nutnosti dodržania postupu jednotlivých krokov, so zameraním sa na oblasť vyplývajúcu z technicko-odborných predmetov žiakovho učebného plánu.

Zapisovanie záznamu o činnosti - minimálne dvomi - tromi jednoduchými vetami, ktorú žiak alebo niekto iný práve vykonal alebo nedávno vykonával, napr. vo svojom voľnom čase (prvky slohovej výchovy). Žiaci, ktorí sú toho schopní, môžu byť vedení k zapisovaniu vlastných hlbších zážitkov.

Tiché alebo hlasité čítanie textu z obľúbenej knižky alebo časopisu a rozprávanie o prečítanom - na základe otázok položených alebo napísaných učiteľom alebo spontánne porozprávanie obsahu textu. (prvky literárnej výchovy)



## PROCES

Vzhľadom na týždennú časovú dotáciu predmetu slovenský jazyk a literatúra je potrebné pri jeho vzdelávaní postupovať tak, aby v štruktúre každej hodiny bolo vždy obsiahnuté čítanie aj gramatika (písanie).

Náplňou prvkov gramatickej zložky je jednak mechanické zvládanie zápisu písmen a slov (odpis) a jednak ich správny zápis bez predlohy a nápovede (diktát a autodiktát s predlohou, ktorou môže byť obrázok, symbol, ilustrácia, fotografia, skutočný predmet, znázornená činnosť).

Na začiatku školského roka začíname opakovaním a utvrdzovaním písmen, pričom toto obdobie môže mať u každého žiaka rôznu dĺžku.

U žiakov, ktorí čítanie, resp. písanie jednotlivých písmen zvládnu skôr ako v uvedenom čase, sa pristúpi k práci so slovom – rozvíjanie a upevňovanie čítania slov, prípadne krátkych viet vychádzajúcich z tém a obsahu predmetu rozvíjanie komunikačných zručností.

K čítaniu a písaniu slov a viet všeobecného zamerania, resp. k čítaniu a písaniu slovných spojení a fráz vychádzajúcich z predmetu rozvíjanie komunikačnej schopnosti, postupne priradíme aj slová odborných/pracovných predmetov, ktorých chápanie a používanie v ústnej, resp. v písomnej forme si má žiak osvojiť.

V predmete slovenský jazyk a literatúra sa využívajú kartičky so slovami, obrázkami a fotografiami a pre žiaka individuálne vytvorené pracovné listy, ktoré môžu slúžiť v budúcnosti ako podklad k tvorbe učebnice pre žiakov s AU alebo PVP s MP v praktickej škole pre slovenský jazyk a literatúru (celoštátnej).

Je vhodné, aby žiak ovládal aj čítanie písmen malej tlačenej abecedy, aj keď ju nebude používať na jeho vlastné písanie. Vzhľadom na to, že mnohé písmená malej tlačenej abecedy majú rovnakú podobu s veľkými, zameriame sa na docvičenie odlišných písmen.

Ovládanie čítania a písania je dôležité využívať pri textoch zameraných na činnosti a pracovné postupy, resp. pri návodoch s obrázkami v súvislosti s pracovným zameraním žiaka v praktickej škole (návod na používanie jednoduchých náradí a nástrojov, popis činnosti, plánovanie činnosti a i.). U žiakov s rozšíreným obsahom vzdelávania sa nacvičuje aj ich interpretácia a vlastný zápis žiaka. Je to dôležitý moment medzipredmetových vzťahov, prepojenia teórie s praxou.

Prvky literárnej výchovy zaradíme pri vyučovaní tohto predmetu jedenkrát za týždeň, t. j. len na jednej z dvoch vyučovacích hodín, ktoré tvoria týždennú časovú dotáciu.

Na uplatnenie prvkov literárnej výchovy bezprostredne nadväzuje uplatnenie prvkov slohovej výchovy. Jej téma vychádza z textu a témy preberanej v rámci literárnej výchovy.

Pri uplatňovaní prvkov literárnej a slohovej výchovy sa odporúča využívať časopisy pre deti a mládež a knihy s krátkymi ucelenými príbehmi, alebo príbehmi na pokračovanie, primeranými chápaniu a záujmom žiaka, podľa vlastného uváženia a skúseností učiteľa.

Vhodné sú námety zo života starších detí a mladých ľudí a vhodnou formou podaného pracovného prostredia blízkeho témou pracovnému zameraniu žiaka v praktickej škole.

Okrem budovania vzťahu k záujmovému čítaniu využívaním textov vhodných na literárnu výchovu je dôležité prostredníctvom nich tiež obohacovať emocionálny život a hodnotový rebríček žiakov literárne spracovanými príbehmi, ktoré vyberáme buď podľa ich záujmov, ak ich žiak prejavuje, alebo podľa vlastného pedagogického uváženia, a to z vhodných kníh a časopisov.

**K plneniu ďalšieho obsahu vzdelávania, ktorý má nadväzovať na základný obsah, t. j. k rozšírenému obsahu vzdelávania vychádzajúceho z rozšírených cieľov, sa odporúča pristúpiť vtedy, ak žiak nemá problém s čítaním a písaním izolovaných písmen, slabík, slov a má predpoklady na samostatné, uvedomelé písanie slov a jednoduchých viet.**

Nácvikom písania jednoduchých viet podľa vzorca „Kto? - Čo robí? - Ako? - Kedy? - Kde?...“ sa podporuje rozvíjanie gramaticky správneho vyjadrovania žiaka a jeho rečového prejavu v hovorenej a najmä písomnej podobe.

Schopnosť samostatného písomného prejavu žiaka (prvky slohovej výchovy) sa upevňuje pri nácviku popisu činnosti, ale aj pri stručne zaznamenanom zážitku – osobne zažitého žiakom alebo z vypočutého, resp. videného príbehu.

Pre praktický život žiakov, ktorí sú schopní to zvládnuť, je dôležité ovládať poradie písmen, tak ako sú zoradené v slovenskej abecede. Tento obsah učiva sa zaraďuje do vyučovania žiaka, u ktorého sa prejavuje schopnosť vyhľadávať informácie zvyčajne zoradované v abecednom poriadku - v encyklopédiách, slovníkoch, zoznamoch. Abecedu docvičujeme a upevňujeme v nadväznosti na vzdelávanie podľa obsahu vzdelávania pre žiakov s AU alebo PVP s MP. (ISCED 1).

Nácvik ovládania abecedy a jej upevňovania je vhodné včleňovať do vzdelávacej činnosti na hodine slovenského jazyka resp. aj na iných predmetoch v priebehu celého školského roka. Zvyčajne nepostačuje túto tému zaradiť jednorazovo do niekoľko po sebe idúcich hodín jedného vyučovacieho predmetu.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

#### Základné ciele

- Ovládať čítanie a písanie tlačených písmen veľkej tlačenej abecedy, alebo aj ich písané tvary – pre žiakov, ktorí sa ich naučili používať pri doterajšom vzdelávaní,
- vedieť prečítať jednoduché slová z okruhu učiteľom vyčlenených osobných potrieb žiaka alebo určiť jeho význam na obrázku podľa slovnej nápovedy - **táto alternatíva platí pre každý ďalší cieľ pri vyučovaní žiakov, ktorí používajú augmentatívny spôsob komunikácie,**
- vedieť prečítať slová z okruhu slov vyčlenených učiteľom z okruhu slov vyčlenených učiteľom z okruhu pracovných činností súvisiacich s odbornou-praktickými predmetmi,
- vedieť prečítať slová z okruhu slov vyčlenených učiteľom zo širšieho okruhu bežného života,
- vedieť využiť slová z okruhu osobných potrieb žiaka, odbornou-praktických predmetov a širšieho okruhu bežného života podľa ich zmyslu po ich prečítaní,
- vedieť využiť slová zo všetkých troch okruhov uvedených vyššie na prejavenie vlastných myšlienok, požiadaviek alebo odkazov,
- vedieť zostaviť z predložených slov alebo obrázkov logický postup činnosti,
- sústrediť sa na vypočutie si umeleckého textu – reprodukovateľného alebo čítaného učiteľom.

#### Rozšírené ciele

- Vedieť prečítať, napísať a použiť vo vete slovo a vetu z okruhu osobných potrieb žiaka,
- vedieť prečítať, napísať a použiť vo vete slovo a vetu z okruhu pracovných činností súvisiacich s odbornou-praktickými predmetmi,
- vedieť prečítať, napísať a použiť vo vete slovo a vetu zo širšieho okruhu bežného života,
- vedieť písomne zaznamenať osobnú potrebu, želanie, odkaz,
- vedieť písomne zaznamenať postup činnosti – jednoslovným vyjadrením každého kroku alebo jeho vyjadrením jednoduchou vetou,
- vedieť sa naučiť a predviesť krátky umelecký literárny útvar.

### OBSAH

#### Obsah vychádzajúci zo základných cieľov

Zopakovanie malých a veľkých písmen tlačenej abecedy; so žiakmi, ktorí používajú aj písané tvary písmen, zopakovanie aj týchto tvarov.

Zopakovanie čítania a písania významových slabík alebo celých jednoduchých slov.

Nácvik čítania (u žiakov, ktorí nemajú rozvinutú reč - nácvik spoznávania) slov z okruhu osobných potrieb žiaka.

Nácvik čítania (u žiakov, ktorí nemajú rozvinutú reč - nácvik spoznávania) slov z okruhu pracovných činností súvisiacich s odbornou-praktickými predmetmi.

Nácvik čítania (u žiakov, ktorí nemajú rozvinutú reč - nácvik spoznávania) slov zo širšieho okruhu bežného života.

Nácvik správneho pričleňovania slov (pre žiakov s augmentatívnym spôsobom dorozumievania sa – nácvik pričleňovania obrázkov, symbolov) k predmetom, pomenovaným

znázorneným javom, činnostiam, predmetom z jednotlivých okruhov sledovaných cieľov výchovno-vzdelávacieho procesu tohto vyučovacieho predmetu.

Nácvik určovania logickej postupnosti slov tvoriacich jednoduchú vetu pripravených na kartičkách. Odpis správne zostavenej vety.

Nácvik určovania logickej postupnosti obrázkov tvoriacich jednoduchý dej na pripravených kartičkách. Prepis deja – zostavenie viet a ich napísanie.

Nácvik ovládania abecedy spamäti – využívanie poradia písmen v abecede pri vyhľadávaní v zozname miest, mien a pod. a v iných reálnych zoznamoch vytvorených podľa abecedného poriadku.

Uplatňovanie prvkov literárnej výchovy:

- počúvanie, prípadne aj reprodukcia príbehov, poviedok, rozprávok, najmä zo skutočného života (príroda, mesto, život mladých ľudí, veda a technika a pod.) zverejňovaných v časopisoch; využitie úryvkov z kníh primerane prístupných pre vnímanie žiaka,
- memorovanie naučených textov, najmä rýmovaných - poézia (predovšetkým epické básne), príbehy, poviedky, rozprávky.

### **Obsah vychádzajúci z rozšírených cieľov**

Čítanie a písanie viet, slovných spojení a súvislých vetných celkov z okruhu osobných potrieb žiaka – v minulom čase, t. j. popísanie určenej činnosti a postupu pri nej po otázke na „včera“ alebo „včera večer“, „dnes ráno“ a podobne.

Čítanie a písanie viet, slovných spojení a súvislých vetných celkov z okruhu pracovných činností súvisiacich so žiakovým odbornou-praktickým vyučovacím predmetom.

Čítanie slov zo širšieho okruhu bežného života (u žiakov, ktorí nemajú rozvinutú reč, iba spoznávanie).

Nácvik vytvárania logickej postupnosti zo slov/obrázkov pripravených na kartičkách na tému rôznych činností praktických častí konkrétneho vzdelávania žiaka v praktickej škole a jeho praktického života.

Uplatňovanie prvkov literárnej výchovy a slohu – počúvanie a ďalšia práca s príslušným textom sa odvíja od záujmu každého žiaka – využívanie literárnych útvarov – rýmovaných textov (poézia – predovšetkým epické básne), príbehy, poviedky, rozprávky – najmä zo skutočného života, z prírody, vedy a techniky a pod. zverejňované v časopisoch, úryvky z kníh primerane prístupných pre konkrétneho žiaka.

## **PROCES**

Na hodinách slovenského jazyka a literatúry ide najmä o prácu so slovom, pokiaľ možno s oporou – pripraveným textom, ktorý žiak číta, rozpráva o prečítanom, opisuje ho, vypisuje z neho učiteľom vyznačené časti, vyhľadáva učiteľom určené slová alebo slová v určitom tvare alebo v určitom spojení. Ďalšou metódou je spoločné tvorenie textu s učiteľom na určitú tému (vizuálna opora – obrázky, fotografie, príbeh, žiakov zážitok alebo spoločný zážitok s učiteľom) a prezentácia vlastných myšlienok žiaka.

Pri prevažujúcej zložke literatúry sa vychádza spravidla z uceleného literárneho útvaru – príbeh, rozprávka, poviedka, epický rýmovaný útvar alebo z prakticky zameraného textu s orientáciou na záujmy žiaka.

Pod ďalšou prácou s textom sa rozumie vyčleňovanie slov dôležitých pri rozvíjaní deja – označujúcich najmä postavy (podstatné mená), činnosti (slovesá), vlastnosti, charakteristické znaky (prídavné mená), pričom slovné druhy nie je potrebné pomenovávať, ak to nie je v záujme žiaka a to ani vtedy, ak by bol schopný slovné druhy rozlišovať.

Činnosti sa dopĺňajú o rozlišovanie správne napísaných slov a nesprávne napísaných slov, nie však z dôvodu detailne sledovaného gramatického hľadiska, ale najmä z hľadiska ich zrozumiteľnosti („Ukáž, ktoré slovo je napísané správne: strm – strom, káva – kába, Jarko – jarko...“). To znamená, že sa vyhýbame preskúšavaniu žiaka, pokiaľ ide o písanie i – y, koncoviek ou – ov a pod.

### 3. ROČNÍK

#### CIELE

##### Základné ciele

- Vedieť prečítať a napísať tlačené písmená veľkej tlačenej abecedy, prípadne aj ich písané tvary,
- vedieť prečítať s porozumením slová z okruhu osobných potrieb žiaka,
- vedieť prečítať s porozumením slová z okruhu slov súvisiacich s pracovnými činnosťami súvisiacimi s odbornou-praktickými predmetmi,
- vedieť prečítať s porozumením slová z okruhu slov zo širšieho okruhu bežného života,
- vedieť určiť význam napísaného alebo povedaného slova vybraním správneho obrázku alebo vykonaním príslušnej činnosti - táto alternatíva platí pre každý ďalší cieľ pri vyučovaní žiakov, ktorí používajú augmentatívny spôsob komunikácie,
- vedieť využiť slovnú inštrukciu z okruhu osobných potrieb žiaka, odbornou-praktických vyučovacích predmetov a širšieho okruhu bežného života po jej prečítaní,
- vedieť použiť napísané slová/symboly/obrázky (výber možnosti podľa žiakovej dispozície) zo všetkých troch vyššie uvedených okruhov na prejavenie vlastných myšlienok, požiadaviek alebo odkazov,
- vedieť zostaviť z predložených slov alebo obrázkov logický postup činnosti,
- vedieť sa sústrediť na vypočutie si umeleckého textu – reprodukovateľného alebo čítaného učiteľom – bez vizuálnej opory.

##### Rozšírené ciele

- Vedieť vyhľadať text (publikáciu – knihu, pracovný zošit, súbor textov na poličke) so zameraním na pracovné činnosti súvisiace s odbornou-praktickými vyučovacím predmetom a použiť ho pri vyhľadaní postupu pracovnej činnosti alebo zoznamu potrebných pomôcok,
- vedieť písomne zaznamenať osobnú potrebu, želanie, odkaz,
- vedieť písomne zaznamenať plánovanie pracovnej činnosti v rámci režimu dňa (vyučovacieho procesu),
- vedieť písomne zaznamenať postup pri pracovnej činnosti – jednoslovným vyjadrením každého kroku alebo jeho vyjadrením jednoduchou vetou,
- vedieť sa naučiť a predviesť krátky umelecký literárny útvar.

#### OBSAH

##### Obsah vychádzajúci zo základných cieľov

Zopakovanie malých a veľkých písmen tlačenej abecedy; so žiakmi, ktorí používajú aj písané tvary písmen, zopakovanie aj týchto tvarov.

Zopakovanie čítania a písania slabík a významových slabík s ich porozumením alebo celých jednoduchých slov.

Čítanie slov, slovných spojení (u žiakov, ktorí nemajú rozvinutú reč – spoznávanie slov) z okruhu osobných potrieb žiaka.

Čítanie slov, slovných spojení (u žiakov, ktorí nemajú rozvinutú reč – spoznávanie slov) z okruhu pracovných činností súvisiacich s odbornou-praktickými vyučovacími predmetmi.

Čítanie slov, slovných spojení (u žiakov, ktorí nemajú rozvinutú reč, nácvik spoznávania) z rôznych oblastí bežného života (hygiena, jedlo, nákupy, upratovanie, šport, starostlivosť o zvieratá, kvety...).

Nácvik správneho pričleňovania slov, slovných spojení k slovám, slovným spojeniam (pre žiakov s augmentatívnym spôsobom dorozumievania sa – pričleňovania obrázkov so znázornenými činnosťami kresbou, fotografiou a pod.) k pomenovaným alebo predloženým obrázkom, fotografiám javov, činností a predmetov týkajúcich sa zamerania žiaka v praktickej škole, vhodné je tiež na tento účel využívanie katalógov tovaru, informačných letákov z predajní a pod.

Vytváranie, slovných spojení/obrázkov, fotografií pripravených na kartičkách (podstatných mien s prídavnými menami, podstatných mien so slovesami a pod.), logickej slovnej postupnosti a pod.

Vytváranie správnych slovných spojení: „Ktoré slová patria k sebe? Rýľ, stôl, kliešte, okno – nízky, železné, rozbité, ostrý.“

Slovná postupnosť: „Poskladaj zo slov odkaz pre mamu: v stromy záhrade rastú veľké//odpiliť na jar konáre treba na stromoch//suda hadicou do napustím vodu.“

Uplatňovanie prvkov literárnej výchovy – počúvanie, podľa možnosti aj reprodukcia, memorovanie umeleckého textu ako v druhom ročníku.

### **Obsah vychádzajúci z rozšírených cieľov**

Čítanie a písanie viet a súvislých vetných celkov z okruhu osobných potrieb žiaka.

Čítanie a písanie viet a súvislých vetných celkov z okruhu pracovných činností súvisiacich s odbornou-praktickými vyučovacími predmetmi.

Vytváranie logickej postupnosti zo slov/obrázkov pripravených na kartičkách z oblasti prípravy žiaka v pracovných činnostiach v praktickej škole a v praktickom živote, písomný prepis znázorneného postupu činnosti podľa vytvorenej predlohy.

Vytváranie písomného popisu postupu pracovnej činnosti, ktorý si žiak vypočul - vytvorenie záznamu, ktorý bude môcť využiť, keď nebude k dispozícii učiteľ alebo iný inštruktor, alebo pre jeho využitie v domácich podmienkach.

Odpisovanie slov (alebo pomenovávanie obrázkov) z katalógov tovaru alebo informačných letákov predajní podľa určeného zamerania a priradovanie ich charakteristiky – vlastností (farba, veľkosť a iné), ktorú žiak zapíše k danému slovu.

Uplatňovanie prvkov literárnej výchovy a slohu:

A. Počúvanie, samostatné tiché čítanie, ďalšia práca s príslušným textom. Využívanie literárnych útvarov – rýmovaných textov (poézia – predovšetkým epické básne), príbehy, poviedky, rozprávky – najmä zo skutočného života, z prírody, vedy a techniky a pod. Využívajú sa texty zverejňované v časopisoch, úryvky z kníh. Pod ďalšou prácou s textom sa rozumie:

- vyčleňovanie slov dôležitých pri rozvíjaní deja – označujúcich najmä postavy (podstatné mená), činnosti (slovesá), vlastnosti, charakteristické znaky (prídavné mená),
- samostatné tiché čítanie textu s pokračovaním čítania na ďalších hodinách s vytvorením stručného záznamu o prečítanom úseku.

Výber textu (knihy, časopisu) sa odvíja od záujmov žiaka, ak je možné ich identifikovať.

Nácvik osvojenia si umeleckého textu (poézia, próza) a jeho predvedenie spamäti – uplatňovať iba u žiakov, ktorí pri predchádzajúcom vzdelávaní prejavili schopnosti a záujem túto činnosť vykonávať.

## PROCES

V 3. ročníku vzdelávania žiakov s AU alebo PVP s MP v praktickej škole, je potrebné mať na pamäti, že ich vzdelávanie sa v akademickom predmete slovenský jazyk už končí a nebude mať ďalšiu nadväznosť. Z uvedeného dôvodu je potrebné v žiakovi vypestovať návyk používať jazyk ako prostriedok na prijímanie a odovzdávanie informácií v písomnej forme a čítanie zaradiť do jeho života, ktoré ho bude naďalej rozvíjať – s pomocou iných osôb, alebo v závislosti od stupňa postihnutia aj bez nich. Prihliada sa na domáce podmienky konkrétneho žiaka. U niektorého žiaka je možné využiť takmer výhradne používanie počítača, u iného sa počítač využije len na rozvíjanie jeho spôsobilosti počítač používať – v škole, v chránenom bývaní a pod., ale na používanie písomnej formy jazyka, vzhľadom na domáce podmienky, sa využíva výlučne zošit, papier, pero, ceruzka...

Pri uskutočňovaní individuálneho vzdelávacieho programu v predmete slovenský jazyk a literatúra je v tomto ročníku už nevyhnutné takmer výlučne rešpektovať záujmy žiaka a vychádzať z nich, ako aj domáce podmienky jeho súkromného života. Z tejto situácie vychádzajú najmä rozšírené ciele vzdelávania v predmete slovenský jazyk a literatúra. Je potrebné mať na pamäti, že pri vyučovaní predmetu slovenský jazyk môžeme budovať v žiakovi stereotypy podporujúce jeho ďalšie rozvíjanie alebo také trávenie časti voľného času, ktorá je prospešná pre udržanie schopností nadobudnutých v škole. Napríklad budovanie návyku každý deň prečítať časť z knihy alebo časopisu, odpísať určenú časť z prečítaného, vyhľadávať vopred určené slová v článkoch časopisov, novín, vyhľadávať v televíznom programe obľúbené relácie vlastné alebo členov rodiny, vypisovať z katalógov (informačných letákov predajní) názvy tovaru zameraného na oblasť záujmu žiaka, alebo tovaru ako takého, vkladať do počítača údaje z obrázkových katalógov a iné.

V prípade, ak žiak nemá obľúbenú žiadnu oblasť (tému, postavu, prostredie), ani vyhranené záujmy, pokiaľ ide o jeho zameranie v praktických činnostiach, alebo možnosť vychádzať z jeho záujmov (záujmy sa nevytvárajú) z dôvodu stupňa jeho postihnutia sa vylučuje, postupuje sa len podľa základných cieľov.



**ROZVÍJANIE KOMUNIKAČNEJ SCHOPNOSTI  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autorka**

**PaedDr. Andrea Šedibová**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet rozvíjanie komunikačnej schopnosti je popri predmete rozvíjanie sociálnych zručností aj v praktickej škole kľúčovým, vzhľadom na celo životnosť primárnych príznakov autizmu. Základná symptomatológia autistickej poruchy sa nemení ani na tomto stupni vzdelávania.

V obsahu vzdelávania predpokladáme, že žiaci postupovali na základnej škole podľa obsahu vzdelávania pre prípravný až 9. ročník pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiaci s AU alebo PVP s MP“), ale nevylučujeme ani možnosť, že tomu tak nebolo. Nakoľko do praktickej školy môžu postúpiť žiaci s AU alebo PVP s MP na rôznej úrovni mentálneho postihnutia, ale predovšetkým s rozdielnou manifestáciou silných a slabých stránok autizmu, obsah vzdelávania v praktickej škole musí vytvárať dostatočne širokú bázu na výber vhodných cieľov vzdelávania. V metodike práce postupujeme naďalej na základe individuálne zvolených foriem a prostriedkov, predovšetkým čo sa týka používaných foriem a úrovne komunikácie, ktoré rešpektujú úroveň porozumenia každého žiaka.

Obsah predmetu priamo nadväzuje na obsah vzdelávania predmetu Rozvíjanie komunikačnej schopnosti pre prípravný až 9. ročník pre žiakov s AU alebo PVP s MP. Je prirodzené, že cieľom je vždy posúvať každého žiaka individuálne k vyšším cieľom, resp. v prípade tohto predmetu snažiť sa o maximálne využívanie dosiahnutých schopností a zručností na sociokomunikačné ciele v maximálne možných prirodzených situáciách života, s takou mierou prispôsobenia, ktorá zaručí samostatnosť a nezávislosť žiaka.

Rozvíjanie komunikačnej schopnosti je predmet, ktorý **sa prelína vyučovaním všetkých ostatných predmetov**, na každom stupni vzdelávania. Nie je tomu inak ani v praktickej škole. V jej jednotlivých ročníkoch je tento predmet zastúpený dostatočným počtom vyučovacích hodín, takže pedagóg má dostatok priestoru nielen na upevňovanie nadobudnutých zručností a jestvujúcich schopností, ale aj na ich rozvíjanie a predovšetkým generalizáciu na praktické situácie, s reálnym využitím v bežnom živote. Učenie preto za ideálnych podmienok prebieha v prirodzených (neumelých) podmienkach, s reálnymi predmetmi, nástrojmi a osobami zo sociálneho prostredia dieťaťa, resp. tak, aby sme zabezpečili čo možno najvernejšie modelové situácie (so zreteľom na problémy s generalizáciou a spontánnym praktickým využitím naučeného v praktickom živote).

## 1. ROČNÍK

### CIELE

- Rozvíjať schopnosti žiaka komunikovať jednoduchou verbálnou formou,
- zlepšovať schopnosť abstrakcie používaných komunikačných prostriedkov,
- rozšíriť porozumenie a používanie základných pojmov,
- rozvíjať neverbálne modalitty vrátane očného kontaktu,
- rozvíjať schopnosti výberu,
- rozvíjať schopnosť odovzdať žiadané informácie ostatným,

### OBSAH

Rozvíjanie jestvujúcej úrovne verbálnej komunikácie v prirodzených situáciách.

Generalizácia používania konkrétnych prostriedkov vyjadrovania, so snahou o zovšeobecňovanie a posúvanie úrovne abstrakcie používaných symbolov.

Permanentné vyžadovanie adekvátneho používania už naučených preverbálnych modalít komunikácie (očný kontakt, ukazovanie, spoločná pozornosť).

Preferovanie takej organizačnej štruktúry vyučovania, ktorá umožní ovplyvňovať denný režim na základe vlastného výberu a preferencií žiakom.

Modelovanie situácií, resp. využívanie prirodzených situácií a neplánovaných okolností k spontánnemu využívaniu schopností zdieľať informácie s inými ľuďmi.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Udržiavať schopnosti žiaka komunikovať jednoduchou verbálnou formou na dosiahnutej úrovni, v prípade dobrých predpokladov žiak úroveň verbálnej komunikácie zlepšovať,
- posúvať, pokiaľ je to možné, používané komunikačné prostriedky na vyššiu úroveň abstrakcie, vyjadrovať zložitejšie potreby, ktorých vizualizácia symbolmi nie je ikonická,
- rozvíjať neverbálne modalitty vrátane očného kontaktu, predovšetkým u neverbálnych žiakov,
- vyjadrovať široký repertoár potrieb ukazovaním na symboly úrovne adekvátnej úrovni myslenia žiaka, (predmetnej, alebo adekvátnej dvojrozmernej),
- zlepšovať verbálne porozumenie,
- rozvíjať schopnosti výberu,
- rozvíjať sociálne interakcie so spolužiakmi, pedagógmi a aj inými dospelými,
- využívať komunikačnú schopnosť na skupinové rozhovory,
- aplikovať znalosti vlastných osobných údajov pri nových sociálnych kontaktoch mimo školu,
- využívať dosiahnutú úroveň porozumenia a produkcie na plánovanie budúcnosti a referenciu prežitej nedávnej minulosti.

## OBSAH

V každej situácii vyžadovať používanie dosiahnutej úrovne komunikácie, predovšetkým verbálnej.

Zámerné vyvolávať situácie, v ktorých je nevyhnutné komunikovať, t.j. niečo žiadať od inej osoby namiesto toho, aby to bolo v priestore voľne dostupné a pod.

Jestvujúce komunikačné prostriedky sa snažiť zjednodušovať (v zmysle abstrakcie symbolov), ako aj zaviesť nové, na vyjadrovanie nových a viac abstraktných potrieb (medzipredmetové vzťahy najmä s predmetom Rozvíjanie sociálnych zručností).

Permanentné vyžadovanie adekvátneho používania už naučených preverbálnych modalít komunikácie (očný kontakt, ukazovanie, spoločná pozornosť), generalizovať naučené schopnosti na nové situácie, resp. učiť v nových situáciách.

Spontánne používanie neverbálnych modalít v komunikácii so všetkými komunikačným partnermi v prostredí školy, vyžadovanie používania dosiahnutej úrovne s výnimkou zrejmej averzie na priamy očný kontakt a pod.

Učiť verbálne porozumenie ďalších okruhov (pojmových skupín, činností, vzťahov, verbálnych inštrukcií a pod.), výber okruhov nácviku verbálneho porozumenia podmienený potrebami dieťaťa, motivačnou bázou, voliteľnými predmetmi, potrebami rodiny.

Organizáciu vyučovania, ako aj jednotlivých aktivít modelovať aj podľa vyjadrovania preferencií samotným dieťaťom – na najvyššej dosiahnutej úrovni komunikácie (vyjadrovania vlastnej voľby), v procese nezabúdať dať možnosť výberu ako prostriedkov podmieňovania napr. želaného správania a pod.

Dodržiavanie denného režimu bez výskytu problémového správania na jednej strane, ale na druhej strane zostavovanie denného režimu ako výsledku dohody medzi pedagógom a dieťaťom (jasný vplyv správania na možnosti ovplyvňovania obsahu niektorých aktivít, ich trvania, možnosť výberu motivácie a pod.).

Rozvíjanie konvenčných sociálnych rutín, využívaných v sociálnych interakciách (pozdrav, zdvorilostné frázy zamerané na iného človeka) – používaním neverbálnych a verbálnych komunikačných prostriedkov.

Rozvíjať schopnosť iniciácie interakcie – neverbálnej a verbálnej komunikácie, hry s pedagógmi, inými dospelými a spolužiakmi, ktorí sú na rovnakej úrovni komunikácie.

Dosiahnutú úroveň porozumenia komunikácie a schopnosti vyjadrovať sa (na akejkoľvek úrovni a akoukoľvek formou) využívať na sociálne interakcie s inými spolužiakmi, pedagógmi a iným personálom v skupine („komunikačné sedenia“, ktoré vedie pedagóg na určitú tému: striedanie rolí, otázky a odpovede na úrovni porozumenia účastníkov, dodržiavanie pravidiel: „Kto je na rade“, aplikácia podmieňovania vhodného správania v rámci skupiny napr. primárnou odmenou (v ideálnych prípadoch „token systémom“).

Prostriedkami, zrozumiteľnými pre dieťa, plánovať najbližšie udalosti (nové aktivity, výlety, učenie v prirodzenom prostredí (nákup a pod.) a podobne sa „rozprávať o prežitom.

### 3. ROČNÍK

#### CIELE

- Udržiavať dosiahnutú úroveň verbálnej komunikácie žiaka, ak je to možné, vzhľadom na predpoklady žiaka, naďalej ju posúvať na vyššiu úroveň verbálneho porozumenia, aj verbálnej produkcie,
- rozširovať repertoár prostriedkov alternatívnej a/alebo augmentatívnej komunikácie tak, aby umožňovali pohotovejšie vyjadrovanie potrieb žiaka z rozmanitých oblastí života,
- vyžadovať permanentne nadväzovanie očného kontaktu a ukazovanie ako preverbálnu formu komunikácie u neverbálnych žiakov,
- využívať v nadväznosti na ciele iných predmetov, predovšetkým voliteľných, schopnosť výberu na vyjadrovanie preferencií žiakom (vyjadrovanie na úrovni adekvátnej úrovni porozumenia žiaka symbolom),
- porozumenie žiadaným informáciám v prirodzených situáciách (forma závisí od porozumenia každého žiaka) zovšeobecňovať a začleňovať do sociálneho rámca (odkázať niekomu niečo, z informácií dokázať vybrať tie, ktoré partner žiada – na ktoré sa pýta, resp. tie, ktoré sú pre riešenie danej situácie podstatné – predovšetkým v nadväznosti na predmet Rozvíjanie sociálnych zručností, ako aj voliteľné predmety),
- nadobudnuté komunikačné schopnosti: verbálne aj neverbálne, vyžadovať v sociálnych situáciách (modelovať situácie, ktoré vyžadujú komunikáciu vo dvojici s pedagógom, s iným žiakom, v skupinke 2 – 3 žiakov, atď. - podľa schopností žiakov),
- oblasť záujmu žiakov využívať na rozvíjanie skupinových rozhovorov, s využitím neverbálnych aj verbálnych prvkov komunikácie (podľa zloženia skupiny žiakov),
- udržiavať a pokiaľ je to možné aj rozširovať znalosť vlastných osobných údajov žiaka (meniť podmienky a okolnosti, kedy sa osobné údaje od žiaka vyžadujú, ako aj formy, akými ich má vyjadrovať (prepojenie na ciele voliteľných predmetov),
- vyjadrovať pocity, priamo súvisiace s prežívanou situáciou (emócie radosti, smútku, záujmu, nezájmu), ako aj pocity bolesti (verbálne, neverbálne augmentatívnou a/alebo alternatívnou komunikáciou),
- používanú verbálnu a neverbálnu komunikáciu používať na vyjadrovanie zážitkov práve prežitého (bezprostrednej minulosti), nedávnej minulosti,
- používanú verbálnu a neverbálnu komunikáciu používať na vyjadrovanie plánov blízkej a vzdialenej budúcnosti (v priamej závislosti od uvedomovania si časových súvislostí žiakom).

#### OBSAH

Všetky dostupné situácie sú využívané na komunikáciu so žiakom, vytvárame „sabotážne situácie“ (keď niečo, čo žiak potrebuje k činnosti chýba a pod., aby bol nútený komunikovať). Uspokojit' sa len s úrovňou vyjadrovania, ktorá je na najvyššej úrovni dosiahnutej žiakom. Neprestajne modelovať prejavy žiaka do vyššej, želateľnej formy.

Vytváranie nových prostriedkov alternatívnej a/alebo augmentatívnej komunikácie, ktoré vyplývajú z častých situácií, kedy má žiak konkrétnu komunikačnú potrebu, ktorú nedokáže vyjadriť.

Všetky nové situácie, ktoré súvisia s cieľmi vzdelávania aj v rámci ostatných predmetov, využívať ako zdroj námetov ku komunikácii, resp. novým prostriedkom alternatívnej a/alebo augmentatívnej komunikácie.

Aj napriek vyššej forme vyskytujúcej sa komunikácie u žiakov, ako samozrejmosť vyžadovať očný kontakt. U neverbálnych žiakov naďalej platí: ukazovanie a očný kontakt (s výnimkou tých, ktorí sú na nadväzovanie očného kontaktu averzívni).

Zostavovanie denného režimu neprestajne prispôsobovať možnostiam abstrakcie, ako aj adaptačným schopnostiam každého žiaka tak, aby bolo v maximálnej miere možné meniť každodenné poradie činností, prispôsobovať režim v závislosti od dohodnutých podmienok so žiakom (napr. kvality výkonov, správania a pod.)

Nové činnosti, predovšetkým súvisiace s odbornými a praktickými a profilujúcimi (voliteľnými) predmetmi, prinášajú nové aktivity a manipuláciu s novými predmetmi, t.j. nové pojmy, ktoré je potrebné žiakovi učiť v zmysle porozumenia, ale aj produkcie. Využívať ich najmä v situáciách komunikácie s pedagógom, s iným žiakom a v riadenej komunikácii 2-3 spolužiakov.

Rozširovanie znalosti údajov o sebe samom (meno a priezvisko, bydlisko, dátum narodenia, aktuálny vek, navštevovaná škola, profesia rodičov, atď.), využívať ich v rôznych sociálnych situáciách. Poskytovanie informácií o sebe samom verbálnym alebo alternatívnym spôsobom, pokiaľ je to možné aj písomne (vypisovanie šekov, prihlášok a pod.).

Komentovanie situácií, ktoré sú bohaté na emócie a pocity a súčasné sprevádzanie slovných komentárov komunikačnými kartami, s cieľom vyjadrovať to, čo práve žiak prežíva („Teším sa.“, „Som smutný“, „Baví ma to.“, „Bolí ma tu.“ a pod.).

Prebiehajúce aktivity hneď po ich skončení spätne komentovať, predovšetkým nové činnosti. Rekapitulovanie uplynulej činnosti viazať na jej jednotlivé kroky, ako aj pocity v rámci krokov a celej činnosti. („Najprv som robil..., páčilo sa mi to. Potom som robil..., to ma nebavilo.“ a pod.).

Komentáre prežitého formou dialógu (verbálneho aj neverbálneho, s maximálnou vizualizáciou: kreslením, fotografiami a pod.) aj o dávnejšej minulosti (podľa uvedomovania časových súvislostí žiaka).

Plánovanie aktivít, ktoré budú prebiehať spolu so žiakom, v ideálnych prípadoch v skupinke 2-3 žiakov (ak sú na podobnej úrovni porozumenia), vytváranie plánov na najbližšie dni, školský týždeň.

## **PROCES**

### **Vyjadrovanie potrieb**

Po zmapovaní potrieb žiaka obmedziť jeho spontánny prístup k niektorej novej, aktuálnej, prípadne motivačnej. Vyžadovať vyjadrovanie potreby očným kontaktom (ak je potrebné, nacvičujeme ho v štrukturovanej, málo podnetnej situácii, prispôsobenej schopnosti žiaka sústrediť sa). Po úspešnom nadviazaní (i na zlomky sekundy), okamžite nasýtime takto vyjadrenú potrebu. V situácii snahy žiaka vyjadriť potrebu v prirodzených situáciách, použiť predmetnú alebo inú adekvátnu úroveň komunikácie symbolmi, kde prostredníctvom daného symbolu a jeho postavením medzi os pohľadu žiaka a učiteľa opäť dosiahneme nadviazanie očného kontaktu.

V štrukturovaných i neštrukturovaných situáciách podobne navádzať aj na používanie ukazovania na daný symbol vyjadrujúci aktuálnu potrebu. Potrebu uspokojiť len v prípade simultánneho nadviazania očného kontaktu a ukazovania na daný symbol. Komunikáciu pre verbálnymi formami rozširovať na vyjadrovanie ďalších potrieb a na vyjadrovanie výberu.

## **Porozumenie**

Posaďte sa vedľa alebo oproti žiakovi. Položte na stôl jeden alebo dva predmety, dostatočne vzdialené jeden od druhého. Povedzte žiakovi: "ukáž + meno predmetu, pomenovanie činnosti (to, čoho porozumenie žiaka chceme naučiť)". Meňte polohu predmetu, obrázku po každom pokuse. Niekedy je vhodnejšie len pomenovať, slovne označiť to, čo chceme žiaka naučiť (najmä v prípadoch žiakov so silnými sklonmi k echoláliam).

## **Prompty**

Používame fyzické vedenie, ukazovanie alebo prompt umiestnením predmetu, obrázku. Postupne prompt zmiernujeme.

## **Sociálne interakcie a rozhovory**

Cieľom je naučiť sa používať a iniciovať nové konverzačné frázy v každodenných situáciách. Spočiatku sa žiak učí dávať mechanické odpovede na opakujúce sa situácie. Prompty sú postupne zmiernované, pretože sa očakáva, že bude komunikovať v prirodzených situáciách.

*Aj keď žiaka naučíme mnoho reakcií v sociálnych interakciách, neznamená to, že bude schopný flexibilne sociálne komunikovať. Neustále je potrebné učiť žiaka byť vnímavejším k sociálnym kľúčom správania sa a komunikácie – v závislosti na individuálnych schopnostiach každého žiaka.*

**Rozhovor predpokladá** schopnosť (na oboch stranách/„koncoch“ – u všetkých komunikačných partnerov):

- všímať si rôznorodé aspekty „správy“ komunikačného partnera,
- spracovať rôznorodé aspekty „správy“ komunikačného partnera,
- interpretovať obsah a zmysel verbálneho, neverbálneho a afektívneho správania hovoriaceho,
- pochopiť správu hovoriaceho vo vzťahu k sociálnemu kontextu,
- pochopiť mentálny stav komunikačného partnera,
- mapovať relevantnosť rozhovoru pre partnera,
- zorganizovať si myšlienky relevantné k téme rozhovoru,
- znovu si vybaviť informácie relevantné k téme rozhovoru, partnerovi a kontextu,
- používať primeranú proximitu a reč tela,
- priebežne dynamicky reagovať na sociálnu dynamiku rozhovoru.

## **Plánovanie budúcnosti a referovanie o prežitej minulosti**

Na úrovni adekvátnej úrovni porozumenia každého žiaka vysvetľovať mu plány najbližších udalostí (jednotlivých, najmä menej známych aktivít, návštev neznámych miest, stretnutí s novými ľuďmi, ktoré vyžadujú použitie nacvičených sociálnych rutín a pod.) Ideálne je rozkrokovanie každej nadchádzajúcej udalosti do takej miery, ktorá je pre daného žiaka nevyhnutná k pochopeniu na jednej strane, ale ktorá na druhej strane nezachádza do prílišných detailov, ktoré ak sa minimálne zmenia, môžu žiaka rozladiť (a účel vizualizácie budúcnosti celkom stratí význam a snaha pedagóga sa minie účinku).

Rovnaký postup je možné používať aj pri spoločnom „rozprávaní sa“ o prežitom. (napr. lepenie fotografií prežitých udalostí a realizovaných aktivít a priradovanie jednoduchého slovného komentáru k nim, napr. formou jednoduchých viet vo veľkom tlačenom písme a pod.). Formu a úroveň abstrakcie prispôbiť úrovni porozumenia jednotlivých žiakov.

**ROZVÍJANIE SOCIÁLNYCH ZRUČNOSTÍ  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autorka**

**PaedDr. Andrea Šedibová**



## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet rozvíjanie sociálnych zručností je popri predmete rozvíjanie komunikačnej schopnosti v praktickej škole naďalej pilierom, na ktorom stojí vzdelávanie aj v rámci iných predmetov. Pre celoživotnosť autistickej poruchy má tento predmet jedno z dominantných postavení, ktoré je nemenné na každom stupni vzdelávania. Aj keď ideálnym cieľom je vždy dosahovanie nových sociálnych zručností, v prípade žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiak s AU alebo PVP s MP“) s rôznou mierou mentálneho postihnutia, to v praxi najčastejšie znamená permanentné udržiavanie existujúcich zručností na danej úrovni, resp. nepretržitú generalizáciu v čo možno najprirodzenejších situáciách života.

V metodike práce nadväzujeme na postupy predmetu z obsahu vzdelávania pre prípravný až 9. ročník pre žiakov s AU alebo PVP s MP. Formy a prostriedky volíme so zreteľom na individuálne osobitosti daného žiaka. (Rozdelenie zložitej úlohy na jednotlivé kroky, učenie vždy jedného izolovaného kroku a jeho podmieňovanie odmeňovaním, krokovanie spredu alebo zozadu, reťazenie, spájanie materiálnej a sociálnej odmeny, s postupným odnímaním materiálnej atď. sú naďalej bežne používanými postupmi.)

Triedy s individuálnym programom pre žiakov s AU alebo PVP s MP v praktickej škole majú priniesť priamy efekt lepšieho začlenenia žiaka do „bežného“ života, čo v prípade autistickej poruchy musí rešpektovať začlenenie do: bežných spoločenských podmienok (budúce chránené pracovisko či chránená dielňa v otvorenej spoločnosti), špecificky upravených podmienok v centrách pre osoby s autizmom (chránené dielne v rámci chráneného bývania), či prvkov tzv. práce s podporou, ktorá predpokladá veľmi striktné prispôbené životné podmienky pre ľudí s vážnou mierou autizmu a ťažšími stupňami mentálneho postihnutia.

Obsah predmetu priamo nadväzuje na obsah predmetu rozvíjanie sociálnych zručností pre prípravný až 9. ročník pre žiakov s AU alebo PVP s MP. Cieľom je snažiť sa o maximálne využívanie dosiahnutých schopností a zručností na sociokomunikačné ciele tak, aby sa zlepšila miera samostatnosti, nezávislosti a optimalizovalo sa sociálne správanie podľa individuálnych možností každého dieťaťa a v súlade s očakávaniami, resp. prioritami rodiny.

Predmetu rozvíjanie sociálnych zručností je v praktickej škole venované dostatočné množstvo hodín, takže sú vytvorené kvantitatívne podmienky k tomu, aby sa nielen udržiavala nadobudnutá úroveň sociálnych zručností žiaka, ale aby sa predovšetkým prakticky využívali v situáciách analogických bežným situáciám života. Pedagóg môže vo veľkej miere podľa osobitostí daného žiaka, ostatných žiakov praktickej školy, možností školy atď. v rámci medzipredmetových vzťahov učiť napr. nové praktické zručnosti, v rámci čoho sa využívajú už osvojené sociálne zručnosti.

Hlavným cieľom je dosiahnutie maximálneho potenciálu každého žiaka, ktorý je prirodzene priamo ovplyvnený mierou autizmu ako aj hĺbkou mentálneho poškodenia. Ciele sú preto individuálne u každého žiaka s AU alebo PVP s MP – vzhľadom na jeho vlastný potenciál.

Predmet rozvíjanie sociálnych zručností nie je o nadobúdaní vedomostí, či informácií, kde je aj pre skúseného pedagóga ľahké zablúdiť do slepej uličky nadobúdania prakticky nevyužitelných encyklopedických vedomostí, ale o neviditeľných dimenziách sociálneho správania, sociálneho cítenia, ktoré tvoria jeden z deficitov pri autistickej poruche. Význam tohto predmetu je preto kľúčový az pohľadu celoživotnosti poruchy i z pohľadu celoživotného vzdelávania ako terapie autizmu.

Východiskom a predpokladom progresu vo vzdelávaní je veľmi úzka spolupráca s rodinou a úzkym sociálnym prostredím každého žiaka individuálne, aby výber cieľov zodpovedal nielen

vývinovým možnostiam žiaka, ale aj očakávaniam rodiny a perspektívneho využitia nadobudnutého v bežnom živote, so zreteľom na životný štýl, priority a filozofiu rodiny, resp. plány rodiny vzhľadom na budúcnosť ich dieťaťa.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Rozvíjať schopnosti často používané pri hraní hier,
- zlepšovať schopnosti kooperatívnej spolupráce v rámci skupiny žiakov,
- rozvíjať zručnosti sociálnych interakcií,
- učiť sa vedomosti o sebe samom a sprostredkovať ich okoliu sociálne prijateľným spôsobom,
- uvedomovať si svoje vonkajšie znaky i niektoré charakterové vlastnosti,
- podporovať samostatnosť v oblasti samoobsluhy,
- rozvíjať schopnosť čakať na uspokojenie potrieb.

## OBSAH

Udržiavanie jestvujúcej úrovne kooperatívnych schopností žiakov tak, aby boli vytvorené podmienky k ich využitiu v štrukturovanom i neštrukturovanom voľnom čase.

Nadobúdanie nových informácií o sebe samom, výber vzhľadom na porozumenie žiaka použiteľnosť daných informácií pre život žiaka, s jasným, pre žiaka zrozumiteľným významom.

Udržiavanie existujúcej úrovne samostatnosti a nezávislosti v oblastiach sebaobsluhy a zručností potrebných pre práce v domácnosti podľa individuálnej kapacity žiaka.

Nadalej pokračuje rozvíjanie návykov a zručností, resp. dosahovanie väčšej miery samostatnosti žiakov.

# 2. ROČNÍK

## CIELE

- Používať osvojené hrové zručnosti na interaktívne hry s dospelým,
- aplikovať zložitejšie pravidlá spoločenských hier v sociálnych zamestnaniach,
- používať osvojené hrové zručnosti na samostatnú hru,
- rozvíjať existujúcu úroveň sociálnych interakcií,
- učiť sa ďalšie vedomosti a informácie o sebe samom a najbližších a sprostredkovať ich okoliu sociálne prijateľným verbálnym alebo neverbálnym spôsobom,
- aplikovať znalosti vlastných osobných údajov pri sociálnych kontaktoch mimo školu,
- rozvíjať pozornosť na vonkajšie prejavy emócií ľudí,
- využívať schopnosť čakať na uspokojenie potrieb – na plánovanie vzdialenejšej budúcnosti a referenciu prežitej blízkej minulosti,
- rozvíjať zručnosti samostatnosti,
- aplikovať nadobudnuté domáce zručnosti v prirodzených životných situáciách, príp. ich rozvíjať o nové zručnosti, resp. zvyšovať mieru samostatnosti osvojených zručností,
- úzko spolupracovať s rodinou – poznať životný štýl rodiny ako predpoklad k rozvíjaniu adekvátnych domácich zručností.

## **OBSAH**

Používanie hrových a voľno časových zručností na interaktívne kontakty so spolužiakmi, pedagógmi, iným sociálnym prostredím.

Učiť nové spoločenské hry, resp. už osvojené posúvať na vyššiu úroveň (v zmysle pravidiel), hrové zručnosti neustále udržiavať ich využívaním v nových hrách, ako aj v kooperatívnych hrách s pedagógmi, inými dospelými a spolužiakmi.

Neustále udržiavanie schopnosti iniciovať sociálne kontakty, generalizovať na nové situácie, osoby, čas a miesto (pokiaľ je to možné), v ideálnych prípadoch posúvať kvalitu sociálnych interakcií (ich iniciovanie, udržanie a adekvátne ukončenie) na vyššiu úroveň (ktorú vyžadovať aj v generalizovaných podmienkach).

Využívanie znalosti osobných údajov v prirodzených situáciách života, vyplývajúc aj zo špecifických cieľov odbornopraktických predmetov (porozumieť požiadavkám pri „vypisovaní“ jednoduchého tlačiva, objednávaní služby – čistiareň, lekáreň a pod.).

Vnímanie emocionálnych stavov sociálneho prostredia v škole (spolužiaci, pedagógovia, prevádzkoví zamestnanci), podľa individuálnych kapacít dieťaťa pomenúvanie stavov, a nálad a nácvik adekvátnych sociálnych reakcií na „prečítaný“ emocionálny stav ľudí.

Orientácia v čase v zmysle koncepcie vzdialenejšej budúcnosti, a prežitej blízkej minulosti, používanie kalendárov, zošitov: „JA“, fotoalbumov a pod. (medzipredmetové vzťahy predovšetkým s predmetom: Rozvíjanie komunikačných schopností).

Spontánne používanie domácich a samoobslužných zručností v prostredí školy, najmä s ohľadom na medzipredmetové vzťahy s odbornopraktickými a profilujúcimi predmetmi.

## **PROCES**

### **Hrové zručnosti, samostatná hra**

Pri deťoch, resp. mládeži s AU alebo PVP s MP sa veľmi často dostávame k pomyslenej hranici možností ďalej rozvíjať zručnosti, ktoré by sa mali používať pri samostatnej hre, interaktívnej zábave s rovesníkmi, ako aj trávení voľného času. Obmedzenia sú dané samotným charakterom autistickej poruchy (repetitívnosť a obmedzený okruh záujmov a aktivít), kognitívnym štýlom, úrovňou porozumenia predovšetkým verbálnej komunikácie, motorickými schopnosťami atď. Napriek spomínaným obmedzeniam nie je možné, aby človeka s AU alebo PVP s MP v priebehu jeho života (napr. od šiestich rokov počnúc, až po obdobie dospelovania – 15, 16 rokov), „stretávali“ hry a zábavy identického zamerania (ba dokonca nemeniace sa hračky a predmety trávenia voľného času). Nech je úroveň dospievajúceho žiaka akákoľvek, vždy je potrebné zvážiť posun jestvujúcich hier a aktivít trávenia voľného času na inú úroveň (ak je to možné kvalitatívne vyššiu, vyžadujúcu náročnejšie rozumové spracovanie, ale aj s väčšími nárokmi na sociálne pravidlá a komunikáciu), alebo aspoň meniť vonkajšiu formu hier, v ktorých sa využívajú rovnaké hrové zručnosti. Pre orientáciu uvádzame prehľad veku primeraných aktivít pre staršie deti, resp. adolescentov.

## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Spontánne používať osvojené hrové a voľnočasové zručnosti na interakciu so spolužiakmi i v rámci individuálne a samostatne stráveného voľného času,
- učiť nové hrové a voľnočasové zručnosti s cieľom sociálnej integrácie, ale aj solitárnych aktivít,
- transfer naučených hrových a voľno časových zručností do domáceho prostredia,
- osvojiť si zložitejšie pravidlá spoločenských hier, resp. noriem sociálneho správania,
- prirodzene používať sociálne zaužívané sociálne rutiny v očakávaných situáciách, príp. aj s použitím vizuálnych promptov,
- venovať pozornosť vonkajším emocionálnym prejavom iných ľudí a primerane na ne reagovať,
- rozvíjať schopnosť čakať na uspokojenie potrieb - vo vzdialenejšej budúcnosti a plánovať ďalekú budúcnosť ako dôsledok správania v prítomnosti (správania v širokom zmysle slova) a rozvíjať schopnosti referovať o udalostiach prežitých vo vzdialenej minulosti,
- regulovať prejavy správania, navonok interpretované ako neprijateľné, cestou ich funkčnej analýzy, s následným riešením ich príčin, nie dôsledkov,
- dosiahnuť veľkú mieru samostatnosti a nezávislosti v oblasti sebaobsluhy a domácich prác (nezávislosť od sociálnej pomoci inej osoby, nie nezávislosť od vonkajších promptov, ktoré zaručujú úspešný priebeh procesov).

### OBSAH

Používanie hrových a voľno časových zručností na interaktívne kontakty so spolužiakmi, pedagógmi, iným sociálnym prostredím.

Chápanie pravidiel spoločenských hier, resp. už osvojené posúvať na vyššiu úroveň (v zmysle pravidiel) a hrové zručnosti neustále udržiavať ich využívaním v nových hrách, ako aj v kooperatívnych hrách s pedagógmi, inými dospelými a spolužiakmi.

Dodržiavanie zásad sociálne prijateľného správania v bežných situáciách života, resp. v modelových situáciách predpokladaného prostredia pracovného uplatnenia dieťaťa (komunikácia s kolegami na chránenom pracovisku, dodržiavanie pracovnej disciplíny, pracovných povinností a náplne práce apod.),

Modifikácia „problémového“ správania (s dodržiavaním hlavnej zásady jeho analýzy a riešenia jeho príčin), rešpektovanie typických vývinových zmien v správaní žiakov s AU alebo PVP s MP v období adolescencie, zodpovednosť zainteresovaných odborníkov (spolupráca s odborníkmi iných profesií, predovšetkým psychiatrami).

### PROCES

#### Hrové zručnosti, samostatná hra

Pri deťoch, resp. mládeži s AU alebo PVP s MP sa veľmi často dostávame k pomyslenej hranici možností ďalej rozvíjať zručnosti, ktoré by sa mali používať pri samostatnej hre, interaktívnej zábave s rovesníkmi, ako aj trávení voľného času. Obmedzenia sú dané samotným charakterom autistickej poruchy (repetitívnosť a obmedzený okruh záujmov a aktivít), kognitívnym štýlom, úrovňou porozumenia predovšetkým verbálnej komunikácie, motorickými schopnosťami atď. Napriek spomínaným obmedzeniam, nie je možné, aby žiaka s AU alebo PVP s MP v priebehu jeho života (napr. od šiestich rokov počnúc, až po obdobie

dospievania – 15, 16 rokov), „stretávali“ hry a zábavy identického zamerania (ba dokonca nemeniace sa hračky a predmety trávenia voľného času).

Nech je úroveň dospievajúceho žiaka s AU alebo PVP s MP akákoľvek, vždy je potrebné zvážiť posun jestvujúcich hier a aktivít trávenia voľného času ak je to možné na kvalitatívne vyššiu úroveň, vyžadujúcu náročnejšie rozumové spracovanie, ale aj s väčšími nárokmi na sociálne pravidlá a komunikáciu, alebo aspoň meniť vonkajšiu formu hier, v ktorých sa využívajú rovnaké hrové zručnosti.

**Zoznam veku primeraných činností  
od 13 do 15 rokov**

<b>Médiá</b>	<b>Cvičenie</b>	<b>Hry /remeslá/ koníčky</b>	<b>Podujatia</b>	<b>Iné</b>
Počúvanie rozhlasu	Hry v parkoch	Hranie video/ počítačových hier	Organizovanie/ navštevovanie večierkov	Trávenie času s priateľmi
Používanie prehrávača	Lozenie po stromoch	Hranie stolových/ spoločenských hier	Účasť na sviatočných podujatiach	Prespávanie u priateľov/ organizovanie alebo návšteva na tzv. 'pyžamových' večierkach
Sledovanie televízie	Bicyklovanie/ kolobežkovanie	Kartové hry	Navštevovanie/ podieľanie sa na školských podujatiach/ schôdzkach	„Randenie“
Používanie videa/ DVD	Skateboarding	Hranie biliardu	Navštevovanie skautských/ klubových stretnutí	Kempovanie
Sledovanie domáceho kina/premietanie	Skákanie cez švihadlo	Šípky	Návšteva jarmokov/ slávností/výstav	Návšteva príbuzných
Používanie odkazovača telefonických hovorov	Využívanie stacionárnych strojov na cvičenie	Skladanie puzzle	Návšteva trhov umeleckých remesiel	Návšteva kostola/omši a rôznych cirkevných podujatí
Čítanie kníh/časopisov/ novín	Beh /podujatia na ihriskách a v prírode	Umelecké záujmy: - Kreslenie - Maľovanie - Kaligrafia - Keramika - Návšteva umeleckých alebo remeselných krúžkov	Návštevovanie/ podieľanie sa na komunitných podujatiach pre staršie deti/rodiny	Návšteva zoo, planetária, múzeí, akvária
	Hra s loptou /chytáčka/ hra s lietajúcim tanierom	Ručné práce: šitie, štrikovanie, tkanie, háčkovanie, práca s kožou	Návšteva bližích trhov/burzového predaja	
	Loptové hry; basketbal, futbal a pod.	Práca s drevom, kovom, so sklom	Návšteva filmových predstavení	
	Hry s raketou: tenis, bedminton, stolný tenis a pod.	Zhotovovanie šperkov	Návšteva/aktívna účasť na kultúrnych podujatiach: koncertoch, divadelných predstaveniach, tanečných podujatiach, prednáškach a pod.	
	Účasť na skupinových atletických podujatiach	Zbieranie (mincí, známok, nálepiek, vizitiek, kameňov a pod.)		
	Karate/zápasenie	Fotografovanie/ natáčanie videokamerou		
	Bowling	Zhotovovanie fotoalbumov a kníh výstrižkov		
	Korčuľovanie/ krasokorčuľovanie	Zhotovovanie/ púšťanie šarkanov, papierových lietadielok, klzákov	Návšteva športových podujatí	
	Plávanie/ potápanie/ surfovanie	Modelárstvo	Návšteva iných podujatí: napr. pretekov nákladných áut, rýchlostných automobilových pretekov, výstav psov a pod., leteckých prehliadok a pod.	
	Turistika/ horolezectvo	Spievanie		
	Bežecké okruhy: cesta za dobrodružstvom	Hra na hudobnom nástroji		
	Kempovanie			
	Rybárčenie/ poľovníctvo			
	Člnkovanie/ rafting			

	<p>Lyžovanie (vodné, na snehu), snowboarding/ sánkovanie</p> <p>Jazda na koni</p> <p>Hodiny tanca</p> <p>Jóga</p> <p>Gymnastika</p> <p>Aerobik (v telocvični alebo podľa videokazety)</p> <p>Vzpieranie</p>	<p>Dopisovanie si</p> <p>Hra so sadou ,Malý chemik‘/vedec ké experimenty</p> <p>Učenie cudzieho jazyka</p>		
--	---	--	--	--



**Zoznam veku primeraných činností  
od 16 a viac rokov**

<b>Médiá</b>	<b>Cvičenie</b>	<b>Hry/remeslá/ koníčky</b>	<b>Podujatia</b>	<b>Iné</b>
Počúvanie rozhlasu	Prechádzky	Hranie počítačových hier	Návšteva klubových stretnutí	Telefónické rozhovory s priateľmi/rodinou
Používanie magnetofónu	Beh za zdravím	Hranie videohier	Využívanie knižnice	Udržiavanie intímnych vzťahov
Počúvanie zvukových záznamov kníh (pre nevidiacich)	Bicyklovanie	Hranie s playstation	Návšteva komunitných podujatí	Návšteva rodinných príslušníkov/priateľov
Počúvanie rôznych hudobných nosičov	Loptové hry	Kartové hry	Čítanie novín/časopisov/kníh	Využívanie vírivky, hot tub, sauny
Používanie videa	Kružky rozvíjania rôznych zručností	Hranie stolových hier		Využívanie kozmetických, kaderníckych salónov, / opaľovanie sa
Sledovanie televízie	Plávanie	Skladanie puzzle		Návšteva diskoték
	Aerobic a iné formy cvičení na formovanie postavy	Ručné práce		Navštevovanie barov
	Používanie cvičebného náradia	Golf		
	Posilňovanie	Šípky		
	Športy s raketou	Biliard		
	Korčuľovanie	Hra na hudobnom nástroji		
	Skateboarding	Zberateľstvo		
	Návšteva hodín tanca	Púšťanie šarkana/leteckých modelov		
	Skupinové športy	Hry na trávniku		
	Organizovanie tímu	Návšteva umeleckých/remeselných krúžkov		
	Golf	Tvorba rôznorodých umeleckých projektov		
	Jazda na koni	Tkanie/artefakty z rôznych tkanín		
	Turistika/vandre	Práca s drevom		
	Snowboarding	Záhradníčenie		
	Lyžovanie	Rybárčenie/poľovníctvo		
	Člnkovanie			

## **Pravidlá spoločenských hier**

Pri rozvíjaní jestvujúcej úrovne predovšetkým sociálnych pravidiel v rámci hier s niekým, neustále využívame metódy, formy a prostriedky sprostredkovania pravidiel, ktoré sú pre kognitívny profil ľudí s autizmom zásadné (vizualizujeme, “krojujeme”, podmieňujeme, dávame jasné, čitateľné inštrukcie pre nasledujúci krok, s konkrétnym dôsledkom po jeho splnení). Hranie spoločenských hier vyžaduje veľmi náročnú schopnosť, ktorá je pri autistickej poruche nedostatočná až absentujúca – schopnosť vžiť sa do role druhého. Nerátajme s tým, že dospelujúci s autizmom bude hrať spoločenskú hru s rovnakým nadšením, ako jeho rovesník (bez autizmu). Ak zvládne pravidlá, väčšinou vďaka kvalitnej príprave pedagóga, zriedka pochopí význam hry (“Chcem vyhrať, len pre pocit”), väčšinou neprejavuje zápolenie s partnerom v hre a predovšetkým nevie, čo je to podvádzať, robiť “nevinné podfuky”. Napriek tomu hra a voľný čas má byť rôznorodá do takej miery, aby aj pre človeka s autizmom bola zábavou a priniesla pocit uspokojenia a radosti.

## **Vedomosti a informácie o sebe samom**

Uvedomovanie si vlastnej identity, pocitov, ktoré sú vyvolané vonkajšími, ale aj vnútornými podnetmi a súvislosti medzi pocitmi a tým, čo ich mohlo vyvolať, sú pre ľudí s autizmom len ťažko dostupné. Navonok viditeľné vonkajšie charakteristiky je možné jednoznačnejšie pomenovať. Každá vonkajšia vlastnosť má viac – menej jasné pomenovanie (pohlavie, farba vlasov, farba očí, výška a pod.). Dieťa, resp. dospelujúceho žiaka s AU alebo PVP s MP je možné primeranou formou tieto informácie učiť (verbálne, neverbálne, s použitím promptov, ktoré uľahčia pochopenie, ale aj pohotovosť odpovedať na otázky týkajúce sa informácií o sebe samom). K týmto cieľom patrí neustále opakovanie a používanie vlastného mena, mien rodinných príslušníkov, adresy bydliska a pod. Niektoré údaje, ktoré sa menia, je potrebné vysvetliť spôsobom primeraným chápaniu žiaka s AU alebo PVP s MP (zmena adresy, ale aj každý rok sa meniaci údaj o vlastnom veku a veku ostatných členov rodiny).

## **Vnímanie vonkajších emocionálnych prejavov ľudí**

Schopnosť vcítiť sa, ale predovšetkým reagovať spoločensky primerane na emocionálny stav, náladu, ale aj nebadané náznaky emócií iných ľudí, je pre autizmus jeden z kľúčových problémov. Predovšetkým kognitívna úroveň podmieňuje do akej miery môže žiak s AU alebo PVP s MP vnímať prejavy emócií ostatných ľudí, kontrolovať samého seba, ale aj naučiť sa na vnímané prejavy reagovať taktne, primerane a flexibilne. Najčastejšie metódy spočívajú vo vizuálnom porovnávaní faciálnych prejavov emócií, triedenie fotografií, ktoré odzrkadľujú rôzne emocionálne stavy, priradovanie významu (pomenovanie, slovné označenie) k fotografiám, ale aj ich spájanie so situáciami, ktoré ich najčastejšie vyvolávajú. Tieto situácie sú pre človeka s autizmom veľmi ťažko čitateľné, pretože úmysel je navonok často neviditeľný a navonok rovnaká príčina môže vyvolať celkom protichodné emócie. Učenie porozumieť súvislostiam medzi emóciami a ich príčinami je preto veľmi obtiažne a aj v prípade úspechu, býva často reakcia človeka s autizmom na “prečítané” emocionálne stavy iných ľudí veľmi schematická, pôsobí umelo a neprirodzene. Pomôcť naučiť sa v určitých situáciách správať prijateľne, môžu žiakovi s AU alebo PVP s MP tzv. sociálne príbehy, ktoré vo forme fotografií, alebo kreslených schém dávajú jasné, rozkrokované inštrukcie ako sa v určitých situáciách správať. Podobný význam môžu mať aj krátke inštruktážne filmy.

## **Zručnosti samostatnosti a domáce zručnosti**

Praktická škola plynulo nadväzuje na povinnú školskú dochádzku, ktorú žiak s AU alebo PVP s MP mohol absolvovať v ZŠ pre žiakov s autizmom, ale aj individuálnou integráciou v

základnej škole. V prvom prípade sú v samotných cieľoch vzdelávania zakomponované zručnosti samostatného života, v zmysle tzv. integračných zručností. Ak v praktickej škole pokračuje žiak, ktorý bolo integrovaný v základnej škole, obvykle jeho schopnosti umožňujú mnohé zručnosti nadobudnúť spontánne, napodobňovaním (ale nie zriedka ich nepokladá za dôležité – popri svojich úzko zameraných záľubách). Na zručnosti nadobudnuté v detstve je potrebné aj v praktickej škole nadviazať, neustále ich udržiavať používaním v bežných situáciách a ďalej ich rozvíjať, resp. učiť celkom nové. Najpoužívanejšie formy sú krokovanie (spredu, aj spätné) a používanie vizualizovaných procesuálnych schém na úrovni porozumenia žiaka. Cieľom nie je nepoužívať špeciálne metódy a prostriedky pomoci, ale vykonávať práce samostatne, hoci aj s celoživotným používaním promptov.

**MATEMATIKA**  
**PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK**  
**PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI**  
**VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM**  
**V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM**  
**V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autorka**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Cieľom vyučovania predmetu matematika pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiaci s AU alebo PVP s MP“) v triedach s individuálnym vzdelávacím programom (ďalej len „trieda s IVP“) v praktickej škole je uspokojenie tých matematických potrieb žiakov, ktoré im nastoľuje každodenný život. Osvojenie si základných vedomostí a zručností z oblasti aritmetiky a geometrie im má umožniť riešiť praktické úlohy matematického charakteru, s ktorými sa stretnú predovšetkým v bežnom živote, a v ich budúcom možnom pracovnom začlenení.

Individuálnym prístupom získava žiak prostredníctvom matematiky základné matematické vedomosti, zručnosti a návyky tak, aby ich v rozsahu svojich individuálnych schopností a možností, na svojom aktuálnom stupni vývinu dokázal v živote aj prirodzene aplikovať.

Obsah vzdelávania matematiky nadväzuje na učebné osnovy matematiky pre prípravný až 9. ročník základnej školy pre žiakov s autizmom (s mentálnym postihnutím). Pedagóg pri vyučovaní žiaka s AU alebo PVP s MP v praktickej škole využíva tie formy a metódy, ktoré sa osvedčili a boli efektívne pri vyučovaní žiaka v základnej škole pre žiakov s autizmom. Preto je dôležité, aby sa oboznámil s pedagogickou dokumentáciou základnej školy pre žiakov s autizmom, a predovšetkým s formami a metódami práce učiteľa pri vzdelávaní konkrétneho žiaka.

Množstvo obsahu učiva a potrebnú časovú dotáciu pedagóg prispôsobuje individuálnym možnostiam a schopnostiam žiaka.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Určovať počty osôb, predmetov počítaním po jednom,
- utvárať, vyznačovať, oddeliť skupiny predmetov s počtom 1 – 10; 1 – 20,
- porovnávať čísla znakmi > ; < ; =;
- vedieť vymenovať stúpajúci a klesajúci číselný rad,
- riešiť jednoduché slovné úlohy na sčítanie a odčítanie,
- oboznámiť žiakov s euro mincami,
- vedieť využiť poznatky z geometrie v praktickom živote,
- rozvíjať pamäť, pozornosť, vytrvalosť a presnosť,
- využiť námet slovných úloh k zdravotnej a ekologickej výchove.

## OBSAH

### I. Numerácia v obore do 20

#### 1. Sčítanie a odčítanie v obore do 10

Automatizácia sčítania a odčítania.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na sčítanie a odčítanie, vzťahy: viac, menej, rovnako.

Znak eura je €.

Skratka eura je EUR.

Zakomponovanie príkladov v novej mene.

#### 2. Sčítanie a odčítanie v obore do 20 bez prechodu cez základ 10

Precvičovanie a automatizácia sčítania a odčítania.

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

#### 3. Sčítanie a odčítanie v obore do 20 s prechodom cez základ 10

Precvičovanie a automatizácia sčítania a odčítania.

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

### II. Numerácia v obore do 100

Počítanie po desiatkach do 100.

Sčítanie a odčítanie desiatok v obore do 100.

Zakomponovanie príkladov v novej mene.

1 euro = 100 centov.

Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do 100.

Príklady typu:  $10 + 5 = 15$      $30 + 20 = 50$

$20 - 7 = 13$      $50 - 20 = 30$

Písomné sčítanie a odčítanie dvoch dvojčiferných čísel v obore do 100 bez prechodu cez základ 10.

Príklady typu: 
$$\begin{array}{r} 55 \\ 22 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 46 \\ - 21 \\ \hline \end{array}$$

Písomné sčítanie a odčítanie dvojciferných čísel v obore do 100 s prechodom cez základ 10.

Príklady typu:

$$\begin{array}{r} 68 \\ 13 \\ \hline \end{array} \quad \begin{array}{r} 75 \\ - 38 \\ \hline \end{array}$$

Slovné úlohy na písomné sčítanie a odčítanie.

### III. Numerácia v obore do 1 000

Počítanie po stovkách do 1000.

Sčítanie a odčítanie stoviek v obore do 1 000.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na sčítanie a odčítanie.

Používanie kalkulačky pri výpočtoch.

### IV. Jednotky dĺžky, hmotnosti a času

#### 1. Jednotky dĺžky

Základná jednotka dĺžky: meter (m).

Ďalšie jednotky: centimeter (cm), decimeter (dm).

Úlohy zamerané na praktické meranie v teréne, krokovanie, odhad vzdialenosti.

Oboznamovanie sa rôznymi druhmi meradiel a ich použitím: krajčírsky meter, stolársky meter, pásmo a iné.

#### 2. Jednotky hmotnosti

Základná jednotka hmotnosti: kilogram (kg).

Ďalšie jednotky: dekagram (dag), gram (g).

Praktické príklady váženia: ovocie, zelenina, potraviny, osoby,..

Druhy váh: osobná, kuchynská, v obchode.

#### 3. Jednotky času

Základná jednotka pre čas: sekunda (s).

Ďalšie odvodené jednotky: rok, mesiac, týždeň, deň, hodina (h), minúta (min).

Orientácia v čase, určovanie času.

### V. Geometria

#### 1. Úsečka

Meranie dĺžky úsečky (cm).

Rysovanie úsečky podľa danej dĺžky (cm).

Vytyčovanie úsečky v teréne.

Meranie dĺžky úsečky v teréne (m).

Praktické slovné úlohy zamerané na numerický súčet dĺžok úsečiek (cm; m).

#### 2. Kružnica

Rysovanie kružnice. Určenie stredu kružnice. Pojem polomer kružnice.

## PROCES

Pri výučbe matematiky sa snažíme o čo najväčšiu variabilitu situácii, opakovanie a utvrdenie poznatkov, a o čo najväčšie priblíženie sa k praktickému životu.

Žiaci sa oboznámia s tým ako euro mince vyzerajú (viac sa budú stretávať s mincami ako s bankovkami). Žiakom je potrebné ukázať znak eura, ktorý je vhodné vedľa napísať, aby si uvedomili jeho tvar pri písaní. Žiakov oboznámime aj s podobou euro bankoviek.

Stále využívame manipuláciu so skutočnými predmetmi, napr. peniazmi. Na nácvik počtových výkonov využívame jednoduché, vizuálne, situačné úlohy.

Pri meraní dĺžok je dôležité, aby žiak vedel správne merať, aby si vedel vybrať správny druh meradla, a aby meranie vedel využiť v každodennom živote.

Nácvik váženia predmetov je potrebné realizovať napr. pri práci v kuchyni, pri nakupovaní a pod., teda pri činnostiach a situáciách, v ktorých osvojené učivo budú využívať aj v praktickom živote.

Určovanie času, vedieť adekvátne používať jednotky času je pre žiakov s autizmom veľmi náročné. Nácvik určovania času realizujeme pri praktických činnostiach, ktoré žiak vykonáva v priebehu celého dňa.



## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Riešiť jednoduché slovné úlohy na sčítanie a odčítanie,
- vedieť pohotovo počítať po 2, 3, 4, 5,
- vedieť od daného čísla postupne odčítať niekoľko rovnakých čísel,
- poznať znak (.) násobenia (**krát**) a znak (:) delenia (**delené**),
- chápať sčítanie rovnakých sčítancov ako násobenie a opačne, násobenie ako sčítanie rovnakých sčítancov,
- chápať delenie ako rozdelenie na daný počet rovnakých častí (delenie na),
- chápať delenie ako rozdelenie na skupiny danej veľkosti (delenie po),
- pochopiť súvislosť medzi násobením a sčítaním, medzi odčítaním a delením a medzi násobením a delením,
- riešiť slovné úlohy na násobenie a delenie,
- „pracovať“ s euro mincami, prípadne euro bankovkami,
- získať zručnosť v rysovaní kružnice daným stredom a daným polomerom,
- vedieť porovnať úsečky podľa ich dĺžky,
- vedieť narysovať ľubovoľný trojuholník, pomenovať jeho vrcholy a strany,
- rozvíjať pamäť, pozornosť, vytrvalosť a presnosť,
- vedieť využiť poznatky z geometrie v praktickom živote,
- využiť námety slovných úloh k zdravotnej a ekologickej výchove.

### OBSAH

#### I. Opakovanie a prehĺbenie učiva z 1. ročníka

##### 1. Numerácia v obore do 100.

Počítanie po desiatkach do 100.

Sčítanie a odčítanie desiatok v obore do 100.

Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do 100.

Slovné úlohy na písomné sčítanie a odčítanie v obore do 100.

Zakomponovanie príkladov v novej mene.

1 euro = 100 centov.

##### 2. Numerácia v obore do 1 000.

Počítanie po stovkách do 1 000.

Sčítanie a odčítanie stoviek v obore do 1 000.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na sčítanie a odčítanie.

#### II. Numerácia v obore do 1 000

##### 1. Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do 1 000.

Príklady typu:  $200 + 100 =$        $355 + 4 =$        $200 - 100 =$        $478 - 7 =$

$300 + 50 =$        $467 + 3 =$        $550 - 50 =$        $733 - 3 =$

$270 + 40 =$        $738 + 5 =$        $670 - 80 =$        $623 - 5 =$

Používanie kalkulačky pri výpočtoch.

Riešenie slovných úloh.

## 2. Písomné sčítanie a odčítanie v obore do 1 000.

Príklady typu:  $500 + 400 = 900$ ,  $670 + 372 = 1042$ ,  $863 + 236 = 1099$ ,  $335 + 446 = 781$   
 $400 - 50 = 350$ ,  $60 - 5 = 55$ ,  $9 - 9 = 0$ ,  $32 - 16 = 16$ ,  $66 - 66 = 0$

$900 - 300 = 600$ ,  $680 - 60 = 620$ ,  $420 - 40 = 380$ ,  $526 - 6 = 520$ ,  $637 - 9 = 628$ ,  $748 - 18 = 730$ ,  $858 - 19 = 839$ ,  $946 - 57 = 889$

Používanie kalkulačky pri výpočtoch.

Riešenie slovných úloh.

## III. Násobenie a delenie v obore násobilky

Zavedenie násobenia.

Nácvik násobenia a delenia v obore do 50.

Riešenie slovných úloh na násobenie.

Zavedenie delenia.

Slovné úlohy na delenie.

## IV. Jednotky dĺžky, hmotnosti, objemu a času

### 1. Jednotky dĺžky

Opakovanie a prehĺbenie učiva z 1. ročníka.

Základná jednotka dĺžky: meter (m).

Ďalšie jednotky: centimeter (cm), decimeter (dm).

Ďalšia jednotka dĺžky: milimeter (mm).

Úlohy zamerané na praktické meranie v *bezprostrednom okolí žiaka*.

Meranie dĺžky

Meranie dĺžky v metroch (m), centimetroch (cm) a milimetroch (mm) s použitím rôznych druhov meradiel.

Praktické príklady s využitím dĺžkových mier.

### 2. Jednotky hmotnosti

Opakovanie a prehĺbenie učiva z 1. ročníka.

Základná jednotka hmotnosti: kilogram (kg).

Ďalšie jednotky: dekagram (dag), gram (g).

Meranie hmotnosti.

Váženie na kg, dag a g.

Praktické príklady váženia na rôznych druhoch váh a rôznych komodít.

### 3. Jednotky objemu

Základná jednotka objemu: liter (l).

Ďalšie jednotky: deciliter (dl), centiliter (cl), mililiter (ml).

Praktické príklady na meranie objemu veľkosti nádob, meranie telies.

#### 4. Jednotky času

Opakovanie a prehĺbenie učiva z 1. ročníka.

Základná jednotka pre čas: sekunda (s).

Ďalšie odvodené jednotky: rok, mesiac, týždeň, deň, hodina (h), minúta (min).

Určovanie času.

Orientácia v čase.

Poznávanie rôznych druhov hodín a určovanie času: stolové (kancelárske hodiny, budík), nástenné (kuchynské, izbové), náramkové (dámske, pánske, detské), atď.

Určovanie času na rôznych typoch hodín: digitálne, s ciferníkom, sekundovky, atď.

#### V. Geometria

##### 1. Úsečka

Opakovanie poznatkov z 1. ročníka.

Meranie dĺžky úsečky (cm).

Rysovanie úsečky podľa danej dĺžky (cm).

Vytyčovanie úsečky v teréne.

Meranie dĺžky úsečky v teréne (m).

Praktické slovné úlohy zamerané na numerický súčet dĺžok úsečiek (cm; m).

##### 2. Kružnica

Opakovanie poznatkov z 1. ročníka.

Rysovanie kružnice.

Určenie stredu kružnice.

Pojem: polomer kružnice.

##### 3. Trojuholník

Pravý uhol.

Rysovanie trojuholníka.

### PROCES

Pri výučbe matematiky v 2. roč. naďalej využívame manipuláciu so skutočnými predmetmi. Na nácvik početných výkonov využívame jednoduché, vizuálne, situačné úlohy.

Slovné úlohy využívame na aplikáciu prebratého učiva do bežného života. Získané vedomosti v predmete matematika uplatňujeme aj v iných predmetoch, napr. váženie potravín podľa návodu, čas varenia potravín a iné.

## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Riešiť jednoduché slovné úlohy na sčítanie a odčítanie,
- riešiť slovné úlohy na násobenie a delenie,
- poznať a narysovať základné rovinné útvary,
- rozoznať a pomenovať jednotlivé priestorové geometrické tvary,
- naďalej rozvíjať pamäť, pozornosť, vytrvalosť a presnosť,
- vedieť využiť poznatky z geometrie v praktickom živote,
- využiť námety slovných úloh k zdravotnej a ekologickej výchove.

### OBSAH

#### I. Opakovanie a prehĺbenie učiva z 1 a 2. ročníka

##### Numerácia v obore do 100.

Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do 100.  
Slovné úlohy na písomné sčítanie a odčítanie v obore do 100.  
Zakomponovanie príkladov v novej mene.

##### Numerácia v obore do 1 000.

Počítanie po stovkách do 1 000.  
Sčítanie a odčítanie stoviek v obore do 1 000.  
Riešenie jednoduchých slovných úloh na sčítanie a odčítanie.  
Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do 1 000.  
Riešenie slovných úloh.

#### II. Numerácia v obore do 1 000

Písomné sčítanie a odčítanie v obore do 1 000  
Používanie kalkulačky pri výpočtoch.  
Riešenie slovných úloh.

#### III. Numerácia v obore do 10 000

Počítanie po 1 000 do 10 000.  
Sčítanie a odčítanie tisícok v obore do 10 000.  
Riešenie slovných úloh na sčítanie a odčítanie v obore do 10 000.

#### IV. Násobenie a delenie v obore násobilky

##### Opakovanie učiva násobenia a delenia v obore do 50 z 2. ročníka.

##### Násobenie a delenie v obore do 100.

Slovné úlohy na násobenie a delenie s využitím kalkulačky.  
Písomné násobenie jednociferným číslom.  
Písomné delenie jednociferným číslom.  
Riešenie slovných úloh.

## V. Jednotky dĺžky, hmotnosti, objemu a času

### 1. Jednotky dĺžky

Základná jednotka dĺžky: meter (m).

Ďalšie jednotky dĺžky: decimeter (dm), centimeter (cm), milimeter (mm).

#### Meranie dĺžky

Meranie dĺžky v metroch (m), decimetroch (dm), centimetroch (cm) a milimetroch (mm) s použitím rôznych druhov meradiel v rôznom prostredí.

Praktické príklady s využitím dĺžkových mier.

Úlohy zamerané na praktické meranie v bezprostrednom okolí žiaka.

### 2. Jednotky hmotnosti

Základná jednotka hmotnosti: kilogram (kg).

Ďalšie jednotky hmotnosti: dekagram (dag), gram (g).

#### Meranie hmotnosti.

Váženie na kg, dag a g.

Praktické príklady váženia na rôznych druhoch váh a rôznych komodít.

### 3. Jednotky objemu

Základná jednotka objemu: liter (l).

Ďalšie jednotky objemu: deciliter (dl), centiliter (cl), mililiter (ml).

#### Meranie objemu

Praktické príklady na meranie objemu.

### 4. Jednotky času

Základná jednotka pre čas: sekunda (s).

Ďalšie odvodené jednotky: rok, mesiac, týždeň, deň, hodina (h), minúta (min).

#### Určovanie času

Orientácia v čase.

Určovanie času na rôznych typoch hodín: digitálne, s ciferníkom, sekundové a iné.

## VI. Geometria

### 1. Úsečka

Meranie dĺžky úsečky (cm, dm, mm).

Rysovanie úsečky podľa danej dĺžky (cm, dm, mm).

Meranie dĺžky úsečky v teréne (m).

Slovné úlohy zamerané na numerický súčet dĺžok úsečiek, využitie v praxi.

### 2. Rovinné geometrické tvary

Rozlišovanie jednotlivých rovinných geometrických útvarov - štvorec, obdĺžnik, trojuholník, kruh, kružnica.

Rysovanie základných rovinných útvarov.

### 3. Priestorové geometrické tvary (telesá)

Guľa, valec.

Kocka, kváder.

Rozoznanie, pomenovanie a vymodelovanie jednotlivých základných priestorových geometrických tvarov.

**VÝCHOVA UMENÍM  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autori**

**PaedDr. Mária Tekelová  
PaedDr. Klára Ferliková (1. a 2. r.)  
PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.  
PaedDr. Andrea Šedibová**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Výchova umením je integrovaný predmet, prostredníctvom ktorého žiaci s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami (ďalej aj „žiak s AU alebo PVP s MP“) môže byť úplne nepodstatný žiaci s AU alebo PVP s MP získavajú schopnosti využívať v elementárnych činnostiach zručnosti z **oblastí výtvarnej, hudobnej a dramatickej výchovy**.

Predmet má špecifický charakter čo sa týka cieľov, obsahu i foriem vzdelávania, ako aj používaných prostriedkov. To akým spôsobom možno využívať nové či už získané vedomosti a zručnosti nadobudnuté v predchádzajúcom vzdelávaní a ako ich ďalej rozvíjať pre praktické využitie, nie je možné jednotne predpísať. Dôležité je uvedomiť si to, že naučené vedomosti a zručnosti majú žiakovi s AU alebo PVP s MP na individuálnej báze prinášať vnútorné uspokojenie z realizovanej aktivity, zo samotného procesu.

Žiaci sú vedení manipulovať s určitými vedomosťami a zručnosťami (prípadne s predmetmi), prepájať jednotlivé poznatky a vytvárať nové spojitosti, ktoré vyúsťujú v zaujímavé prejavy, či už výtvarného, hudobného alebo dramatického charakteru, v najlepšom prípade „z každého trochu“. Aktivity je potrebné aplikovať komplexným spôsobom.

Okrem **priamej** výučby predmetu – výchova umením – na vyučovaní, pri rozvíjaní a upevňovaní vedomostí, komunikačných schopností a sociálnych zručností, **k plneniu jeho cieľov** prispievajú aj ďalšie aktivity, ako napr. akadémiie pre rodičov a žiakov školy, školský karneval, výstavky prác žiakov, návštevy rozličných kultúrnych podujatí - výstav, koncertov, divadla,....

Účinnými pomôckami na vyučovanie predmetu môžu byť okrem základných výtvarných prostriedkov (kresliace materiály, druhotne využiteľné odpadové materiály) aj vizuálne materiály - umelecké reprodukcie, kalendáre, makety, audiovizuálna technika (video, TV, CD prehrávače, fotoaparát, počítače), filmy o výtvarnom umení, hudobné a zvukové nahrávky, texty riekaniak, textov, hudobné nástroje, Orffovo inštrumentárium, bábky, maňušky masky a iné.

Uvádzať proces – jednotný spôsob – metodiku dosiahnutia cieľa a obsahu predmetu výchova umením nie je vhodné, nakoľko žiaci s AU alebo PVP s MP, ako aj zameranie predmetu si vyžaduje predovšetkým veľmi citlivý individuálny prístup učiteľa. Žiakovi je potrebné vhodne motivovať, aby nepocit'ovali nevhodný časový tlak zo strany učiteľa, prípadne netrpezlivosť, nežiadať od nich neprimerane náročné výkony. Žiakovi je potrebné optimálne stimulovať, viesť ich k tomu, aby svoje aktivity emocionálne prežívali.

Tak ako nie každý človek je rovnakou mierou vnímavý voči rôznym druhom umenia, ani pri jednotlivých zložkách výchovy umením nemožno očakávať navzájom porovnateľné výkony a záujem žiaka, keďže jedným z prejavov autizmu alebo iných pervazívnych vývinových porúch, je vysoký stupeň individualizácie prežívania rôznych podnetov. Preto je nutné rešpektovať, ak venovanie sa jednej zložky, ktorá žiakovi prináša väčší pocit uspokojenia a stupeň tvorivosti, postupne bude prevažovať nad uplatňovaním ďalšej zložky, ktorá naopak, u žiaka vzbudzuje dokonca averziu voči činnostiam, s ktorými sa príslušná oblasť výchovy umením spája.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Rozvíjať zmyslové vnímanie,
- rozvíjať priestorovú orientáciu,
- rozvíjať grafomotorické zručnosti,
- rozvíjať verbálne schopnosti,
- rozvíjať učenie sociálneho porozumenia,
- rozvíjať schopnosť kooperovať pri spoločných aktivitách, prispôsobovať sa inej osobe (spolužiakovi), prípadne skupine (2 – 3 žiaci),
- rozvíjať kreativitu a improvizáciu.

## OBSAH

### Výtvarný jazyk / základné prvky výtvarného vyjadrovania

#### **Negatív a pozitív v plošnom vyjadrení**

Vytvárame priestor na spontánny prejav žiakov prostredníctvom výtvarného znázornenia jednoduchého motívu, po namaľovaní motívu vystrihnú kresbu.

### Možnosti zobrazovania videného sveta

#### **Modelovanie figúry podľa pamäti, podľa skutočnosti**

Pokus o sochu – žiaci skúsia buď jednotlivo, v skupinke vlastným telom znázorniť sochu, súsošie; ide o pozorovanie tela spolužiaka alebo uvedomenie si svojho vlastného tela v nejakom pohybe; následne v plastelíne alebo hline žiaci za pomoci učiteľa vytvárajú jednoduché tvary figúry.

#### **Inštalovanie prvkov v priestore**

Nadviažeme na predchádzajúcu hodinu.

### Podnety výtvarného umenia

**Kubizmus a konštruktivizmus, surrealizmus** (výber umeleckých štýlov je v kompetencii učiteľa)

Žiakom predložíme reprodukcie výtvarných diel určitých umeleckých štýlov – pozorujeme ako na nich zapôsobili, snažíme sa, aby sa výtvarne vyjadrili ako na nich diela pôsobia – farba, tvary; vyzveme žiakov, aby sa farbami – jednoduchými ťahmi štetca, jeho dotykmi na papier vyjadrili; v ďalšej časti hodiny donesieme jednoduché hudobné nástroje, napr. Orffovo inštrumentárium a vyzveme žiakov aby urobili hudobný sprievod k svojim obrazom.

#### **Akčné umenie**

Premietneme žiakom výtvarnú akciu (z pripravovaného DVD) napr. v prírode – obalenie kríkov papierom, prípadne vyloženie časti trávnikarov rovnako sfarbenými listami zo stromov – vytváranie rôznych tvarov; so žiakmi realizujeme akciu buď v škole, triede, alebo v blízkosti školy, ktorá bude spojená s výtvarným riešením a pohybovou aktivitou detí, hudbou (hudobné aktivity na jednoduchých bicích nástrojoch – možno prizvať spolužiakov (napr. v zime: stavanie snehuliaka, následne jeho deštrukcia, nakoniec guľovačka – pôjde o premeny tvarov, pohybové aktivity – možno nafotografovať).



## **Podnety fotografie**

### **Fotografická montáž**

Učiteľ zabezpečí pre žiakov veľké farebné reprodukcie fotografií tvári osobností – podľa individuálnych preferencií každého žiaka a jeho špecifického záujmu (hercov, umelcov z časopisov, rodinných príslušníkov, spolužiakov, učiteľov a pod.,(A4). Následne si žiaci vystrihnú z nich časti ústa, oči a pod. (môže sa odstrihnúť celá polovica) a zostávajúce časti nalepia na papier a dokreslia, domaľujú (fixky, farebné ceruzky, farby); žiaci sa naučia jednoduchým spôsobom anatómiu hlavy; následne môžu urobiť výstavu a podľa predchádzajúcej hodiny a vernisáž pre ostatných žiakov v škole.

### **Digitálny fotoaparát**

S pomocou učiteľa žiaci spoločne robia rôzne zábery zo svojho okolia, spolužiakov, následne ich uložia do počítača, môžu sa s nimi v počítači pohrať (kreselný program – INFOVEK).

## **Podnety videa a filmu**

### **Vzťah obrazu a zvuku vo filme, hudba, hlas a slovo,**

Žiakom premietneme na DVD časť filmu, najlepšie kreslený, môže byť aj hraný, následne vysvetlíme, čo všetko musí byť vo filme (zvuk, herci, hudba,...); žiak môže určitý obraz z filmu nakresliť – forma animovaného filmu (jednotlivé sekvencie filmu) alebo to môže zahrať za sprievodu vhodnej hudby, resp. podľa výberu žiaka – iný to nafotografuje – prenesie do počítača.

## **Podnety architektúry**

### **Hravé skúmanie priestoru**

Činnosť je spojená so skúmaním priestorov najprv v interiéri školy a následne s vychádzkami do okolia školy, žiaci si všimajú zariadenie školy, zvláštnosti – čo vyjadria učiteľovi individuálne používanými komunikačnými prostriedkami a ostatným (čo sa im páči, čo nie, čo by zmenili); následne si v triede z hotových škatuliek (dopredu pripravených a nazbieraných) zhotovujú vymyslené architektúry mesta, ulice námestia (nalepia ich pomaľujú doplnia inými prvkami; nasleduje výstava, žiaci vyberú z CD vhodný hudobný doprovod.

## **Podnety dizajnu**

### **Odevný dizajn, obalový dizajn**

Učiteľ ukáže žiakom obaly úžitkových predmetov, oblečení, topánok; následne si môžu priamo z papiera (obalový, toaletný, pomocou špendlíkov, lepenia) vytvárať doplnky oblečenia – klobúky, rôzne topánky; na úrovni adekvátnej porozumeniu a mentálnej úrovni žiakov môžeme vysvetliť čo je to módna prehliadka, vyberú hudbu (na prinesených CD) a urobia módnú prehliadku vytvorených doplnkov – učíme chôdzu po „móle“ za doprovodu hudby, jeden žiak uvádza modely.

## **Podnety tradičných remesiel**

### **Podnety hrnčiarstva, drotárstva**

Premietneme náučný film o ľudovom umení, o drotároch, hrnčiaroch; prípadne prinesieme knihy s obrázkami k uvedeným témam; modelujeme jednoduché nádoby z hliny vyťahovaním z kusa hliny, následne vyrývame jednoduché vlnovky, bodky následne nádoby vysušíme – ak

máme možnosť potom ich vypálime; následne obyčajnými tenkými drôtikmi nádoby môžeme obtočiť.

## **Elektronické médiá**

### **Základné operácie s digitálnym obrazom**

Žiaci si prenesú skenovaním vlastnú fotografiu do počítača, doplnia textom o sebe a rodine – vytvoria si jednoduché portfólio; elektronicky ho následne predvedú ostatným žiakom.

## **Podnety hudby a literatúry**

### **Grafická partitúra / pokus o hudobnú interpretáciu**

Na základe hudby, ktorú prehráme žiakom, pokúsia sa o jej interpretáciu pomocou štetca a temperových farieb; vyjadrujú rytmus, svetlými farbami jasné rýchle tóny a pod., žiakov neobmedzujeme; následne skúsime vyjadriť opačne jednoduchými hudobnými nástrojmi žiakmi namalované partitúry (minimálne rytmicky).

### **Hľadanie pohybovo-dramatických ekvivalentov k hudobnému jazyku**

Obdobne, ako na predchádzajúcej hodine výtvarné vyjadrenie hudby, teraz sa snažíme o pohybové a dramatické vyjadrenie hudby, pohybové kreácie žiakov učiteľ natočí kamerou (fotoaparátom) a následne prenesie do počítača.

## **Tradícia, identita /kultúrna krajina**

### **Výtvarné, literárne, hudobné reakcie na tradičné formy odevov, architektúry, hudby**

Žiakov učíme láske k svojim tradíciám, učíme ich zberateľstvu starých fotografií o obci, odevoch, krojoch, piesni, literárnych prejavov – prípadne urobíme výstavku na škole zo zbierkových materiálov.

## **Prvky dramatickej výchovy**

Oboznamovanie sa s rôznymi formami diel a prezentácie dramatického umenia – divadelná hra, rozhlasová hra, malé javiskové formy (komédia, veselohra, tragédia, dráma, literárno-dramatické pásmo, scénka...), herci ako postavy vo filme, v divadle, na javisku.

Vnímanie rozdielov medzi poéziou a prózou.

Nácvik rôznych verbálnych výrazových prostriedkov pri prednese, pri znázorňovaní postavy v scénke – tempo reči, poloha hlasu a zmeny polôh hlasu, sila hlasu, napodobňovanie (imitácia) znázorňovaných postáv hlasom, zvuky vydávané pri prejave silných emócií (smiech, plač, údiv, obdiv, sklamanie).

Nácvik neverbálnych výrazových prostriedkov na umocnenie vnímania obsahu a významu deja – mimika, gestikulácia, pohyb.

Nácvik dramatizácie veršovaných literárnych útvarov prostredníctvom bábok (maňušiek a i.) alebo priamym predvedením – nácvik čítania textu s využitím verbálnych výrazových prostriedkov.

Nácvik dramatizácie situačných alebo dejových sekvencií, resp. ucelených literárnych útvarov – scénok (možno tiež využiť bábky a pod.).

## **Podnety**

Literárne diela podľa záujmovej orientácie žiakov, resp. určených na ich zameranie na určitú oblasť života – úryvky, ucelené časti diel s námetmi zo života detí, udalostí vzťahujúcich sa k životu dospelých ľudí, prípadne zvierat – so zameraním sa na dejové príbehy a charaktery postáv.

Dramatizácia (voľné spracovanie) situačných dejov zo školského prostredia, rodinného života, z cestovania, medziludských vzťahov a pod.

Ľudové hry, tradície, pamätné dni – Vianoce, Veľká noc, Víťanie jari, Deň matiek, Deň detí a pod.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Rozvíjať zmyslové a emocionálne vnímanie,
- rozvíjať tvorivosť, kreativitu a improvizáciu,
- prehľbovať rozvoj priestorovej orientácie,
- prehľbovať rozvoj grafomotorických zručností,
- naďalej rozvíjať komunikačné schopnosti,
- rozvíjať schopnosť imitácie,
- rozvíjať a naďalej prehľbovať učenie sociálneho porozumenia,
- rozvíjať schopnosť kooperovať pri spoločných aktivitách, prispôsobovať sa inej osobe, prípadne skupine .

### OBSAH

#### Možnosti zobrazovania videného sveta

##### **Kreslenie predmetu podľa skutočnosti**

Žiaci sa pokúsia zobrazit' predmety okolo seba, učiteľ im postaví jednoduché zátišie (ovocie, kvety, predmety dennej potreby, zimnú topánku so šnurovaním a pod.); modelácia šrafovaním, tieňovaním, lavírovaním.

##### **Kreslenie priestoru**

Zobrazovanie jednoduchého priestoru, pokus o zobrazenie perspektívy (v prírode, stromy, ľudia v diaľke a blízko nás a pod.).

##### **3-rozmerné objekty**

Modelovanie z hliny, modelovacej hmoty, prípadne papierovou hmotou a škrobom rôzne objekty podľa vlastného návrhu.

#### Populárna kultúra

##### **Vzory a vlastná tvár**

Žiaci vychádzajú z fotografie tváre (vlastnej, spolužiakovej); z papiera vystrihujú a prikladajú rôzne výrazy tváre (oči, čelo, obočie, ústa), ktoré zdôrazňujú náladu a prežívané emócie, rôzne tvary účesu, doplnky; vzájomne si skúšajú niektoré možnosti líčenia tváre s posilnením rôznych typov výrazu; výsledky môžu zaznamenávať fotograficky; úlohu je možné simulovať aj v počítači.

##### **Telový dizajn - úprava tváre a účesu, vizážistika, make-up**

Žiak analyzuje štýl obliekania, účesu a tváre svojich najbližších, hľadá súvislosti s vekom, pohlavím, zamestnaním, aktivitou ku ktorej sa človek primerane oblieka a pod., obľúbených hrdinov, hviezd, vzorov a hľadá vlastný štýl.

## **Podnety hudby**

### **Hudba v historickom priereze**

Hudba rôznych epoch, zábavná hudba stredoveku a renesancie – prehrávanie hudobných nahrávok učiteľom. Výber ovplyvnený samotným žiakom (komunikácia preferencií adekvátnymi komunikačnými prostriedkami).

Projekt „výletu“ do minulosti populárnej hudby, hra na trubadúrov, hra na potulných muzikantov z rôznych storočí.

## **Podnety fotografie**

### **Vzory a vlastná tvár**

Jednoduché práce s fotoaparátom, práce s digitálnym fotoaparátom (ukladanie fotografií do počítača, rôzne úpravy na PC softvéroch.).

Návrhy (na fotografiách) alt. realizácie úprav na tvárach spolužiakov, na odevných doplnkoch.

Inštalovanie fotografií urobených žiakmi v školskom prostredí, prípadne doriešených výtvarným spôsobom, hľadanie súvislostí fotografického obrazu a prostredia.

## **Podnety videa a filmu**

Ukážky z filmov na DVD, vysvetlenie vzťahu obrazu a zvuku vo filme (hudba, hlas a slovo, strih).

Žiaci spracujú výtvarne, literárne, scenár filmu na určitú tému, najlepšie ako plánovanie budúcich udalostí, alebo dokumentovanie prežitého.

## **Podnety architektúry**

### **Hravé skúmanie priestoru**

Učiteľ prinesie ukážky urbanizmu (plán mesta: štruktúra zón, doprava, dopravné uzly), vzťah ku krajine, mesto a dedina.

Následne žiaci výtvarne spracujú nový plánik mesta a pod. Zhotovujú z hotových prvkov (škatuľky) makety mesta, ulice, námestia a pod.

Podľa individuálnych osobitostí žiakov veľmi vhodné spojiť s orientáciou v najbližšom okolí školy, ulice, mesta (manipulácia s reálnymi fotografiami budov, námestí a pod.), ako aj s dopravou v danej oblasti (trasy MHD, zastávky atd.)

## **Podnety dizajnu**

### **Dizajn výrobku - návrh úžitkového predmetu**

Žiaci na základe predchádzajúcich skúseností vytvárajú najprv kreslením a maľovaním, potom v materiáli predmety dennej potreby (škatuľka na šperky z hotovej papierovej škatuľky, doriešia dizajn a pod.).

## **Podnety tradičných remesiel**

### **Košikárstvo, pletenie, čipkárstvo, krajčírstvo**

Žiaci na základe ukážok – premietanie dokumentárneho CD, DVD, obrázkov, získajú základné informácie o krajčírstve, čipkárstve, košíkárstve.

Na základe informácií potom sami vytvárajú návrhy šiat, klobúkov, košíkov, alternatívnymi odpadovými materiálmi. Napr. kolážou (handričkami, farebným papierom) tvoria modely šiat, klobúky z papierov, košíky pletú zo zošúľaného novinového papiera.

## **Podnety hudby a literatúry**

### **Hudba a zvuk ako zdroj emocionálnych zážitkov**

Výber hudby (učiteľ prehráva reprodukovánú hudbu žiakom) podľa individuálnych osobitostí každého žiaka.

Vlastná produkcia žiakov, možnosti zapojenia scénografie, videa (podľa uváženia učiteľa).

Vytvorenie vizuálneho prostredia k vypočutému.

## **Tradícia, identita/kultúrna krajina**

Žiakom premietneme, prehráme z DVD rozprávky, príbehy, legendy ako aj históriu obce, regiónu. Uvedené sa pokúsia spracovať výtvarnou formou, urobia výstavku zo zbierok materiálov o obci.

## **Prvky dramatickej výchovy**

Návšteva divadelného predstavenia (bábkového predstavenia), malej javiskovej formy alebo scénok (môže to byť aj scénické folklórne predstavenie) prezentovaných inými žiakmi školy, prípadne žiakmi základnej umeleckej školy a i., podľa možností v inom prostredí, než v škole, v ktorej sa žiak zúčastňuje výchovno-vzdelávacieho procesu.

Rozhovor o jednotlivých aspektoch vnímania divadelného alebo iného predstavenia z vyššie vymenovaných:

- vizuálne vnímanie prostredia javiska,
- usporiadanie priestoru pre obecenstvo,
- využitie techniky - svetelné efekty, zvukové efekty,
- správanie sa obecenstva počas predstavenia, počas prestávky,
- vnímanie deja – odlišenie správania sa postáv na javisku od ich správania sa v skutočnosti.

Nácvik imitácie časti videnej divadelnej hry alebo scény podľa scenára, alebo ak je možnosť, aj podľa videozáznamu s využitím verbálnych výrazových prostriedkov nacvičovaných v dramatickej výchove v 1. ročníku.

Výmena rolí imitovanej časti divadelnej hry, scénok – posúdenie subjektívneho prežívania jednotlivých rolí po ich výmene („kedy sa lepšie cítiš – keď hráš kráľa alebo šaša? Princeznú alebo slúžku? Dieťa alebo mamu (otca)? Myš alebo mačku? ...“ a podobne – podľa obsahu hry, scény. Podľa vyjadrených pocitov žiaka sa mu vyberie postava (rola), ktorú bude znázorňovať (hrať) v nacvičovanom dramatickom diele (scénke alebo individuálnom vystúpení).

Nácvik vystúpenia na kultúrne podujatie pre verejnosť (žiacov školy, učiteľov, rodičov, prípadne širšiu verejnosť) – individuálneho (recitácia poézie, prózy), alebo scény s využitím

kostýmu, kulís. Tematické zameranie – podľa možností a podmienok školy - vianočná tematika, príchod jari a pod. Alebo využitie textu z detskej umeleckej literatúry alebo literatúry pre mládež adaptovaného na scenár. Pri nácviaku vystúpenia okrem vizuálnych premien prostredia a osôb využiť aj zvukové efekty (opakujúci sa hudobný motív, klopanie, buchnutie, vŕzganie a i. Zvuky vytvárané mimo scény (javiska) – priamo alebo z nahrávky.

Uskutočnenie predstavenia pre verejnosť.

Nácvik pantomimických vyjadrení niektorých situácií podľa situačných obrázkov, fotografií; neskôr znázorňovanie tých istých – už nacvičených situácií, spojených so vzájomným hádaním, čo znázorňujú (rozvíjanie schopnosti vnímať mimiku osôb spojenú s prežívaním radosti, bolesti, nadšenia, žiaľu, sústredenia sa, únavy, a pod.).

Rozhovor o filme, divadelnom predstavení a inom kultúrnom zážitku, ktoré niektorý žiak navštívil s rodičmi – sprostredkovanie jeho deja a vlastných dojmov (vrátane scény – prostredia, v ktorom sa dej odohrával, zapamätaných zvukov, hudby) učiteľovi, spolužiakom.

Alternatíva pri nedostatku príležitostí na získanie umeleckého zážitku s rodičmi – žiak získa umelecký zážitok individuálne prostredníctvom videozáznamu (napr. inscenáciu, film so živými, nie kreslenými postavami) a sprostredkuje jeho dej a vlastné dojmy učiteľovi, spolužiakom.

## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Rozvíjať tvorivosť, kreativitu a improvizáciu,
- prehľbovať rozvoj priestorovej orientácie, grafomotorické zručnosti, komunikačné schopnosti a schopnosť imitácie,
- obohatiť oblasť záujmov žiaka využiteľných pre vhodné napĺňanie voľného času,
- odbúravať obavy žiakov pred vystúpením pred inými ľuďmi, než na ktorých je žiak zvyknutý,
- vzbudzovať pozitívne emócie,
- rozvíjať a prehľbovať učenie sociálneho porozumenia a schopnosť kooperovať pri spoločných aktivitách.

### OBSAH

#### Možnosti zobrazovania videného sveta

##### **Kreslenie predmetu podľa skutočnosti**

Kreslenie predmetov bežnej potreby podľa výberu žiaka/učiteľa - rôzna technika.

##### **Kreslenie priestoru**

Zobrazovanie perspektívy jednoduchého priestoru alebo predmetov - podľa výberu žiaka/učiteľa (dom, strom, ulica a iné).

##### **3-rozmerné objekty**

Modelovanie z rôznych modelovacích hmôt objekty podľa výberu žiakov/usmernenia učiteľa.

#### Podnety hudby

##### **Hudba v historickom priereze**

Výber hudby z rôznych epoch (výber podľa záujmu žiaka).

#### Podnety fotografie

##### **Dopĺňanie častí fotografie**

Dopĺňanie častí fotografie kresbou, maľbou, reliéfom, kolážou.

Inštalovanie fotografií urobených žiakmi v školskom prostredí.

#### Podnety videa a filmu

Ukážky z filmov na DVD, pochopenie vzťahu obrazu a zvuku vo filme (hudba, hlas a slovo, strih).

Žiaci výtvarne spracujú scenár filmu na určitú tému, najlepšie ako plánovanie budúcich udalostí, alebo dokumentovanie prežitého.



## **Podnety architektúry**

### **Architektúra ako skladačka**

Z hotových prvkov (stavebnice, škatuľky a iný drobný materiál) vytvoríť maketu mesta (ulice) v ktorom sa žiaci dokážu orientovať (spojenie s vychádzkou).

## **Podnety dizajnu**

### **Dizajn výrobku /návrh úžitkového predmetu**

Vytváranie úžitkového predmetu rôznymi technikami z rôznych materiálov (vrecúško, škatuľka na kozmetiku, šperky a iné).

## **Podnety tradičných remesiel**

### **Bábkarstvo**

Žiaci na základe ukážok – obrázkov, skutočných bábok, prípadne divadielka získajú základné informácie o bábkarstve.

Tvorba bábok.

## **Podnety hudby**

### **Hudba a zvuk ako zdroj emocionálnych zážitkov**

Výber reprodukovanej hudby podľa individuálnych osobitostí každého žiaka.

Výtvarné stvárnenie nálady a rytmu hudobnej skladby.

## **Tradícia a identita/kultúrna krajina**

Oboznámenie žiakov s históriou obce, regiónu. Výtvarné stvárnenie monumentov obce.

## **Prvky dramatickej výchovy**

Spoločné pozeranie rozprávky, filmu.

Oboznámenie sa s úlohami tvorcov divadelného predstavenia:

herec, herečka, spisovateľ – scenárista, scénický výtvarník – návrh scény, návrhár kostýmov – divadelných šiat, krajčír, autor hudby, zvukár, režisér, kulisy...

Rozhovor o videnom diele:

Vopred pripravíme pre žiakov otázky a oboznámime ich s nimi ešte pred prezentáciou: „Pozeraj/-te a počúvaj/-te pozorne. Po skončení filmu/rozprávky sa ťa/vás budem pýtať, či bol ten film veselý... smutný... kto sa ti v ňom najviac páčil... kto sa ti vôbec nepáčil... kde sa film odohrával...“

Po prezentácii žiakom kladieme otázky, na ktoré sme ich dopredu upozornili. Otázky možno rozširovať, napríklad: „Koho by si chcel hrať v tej rozprávke/v tom filme, keby si bol herec? Koho by si určil hrať (vybranú postavu), keby si bol režisér? a i.

Vytvorenie „programu“ (bulletin, divadelný program, bulletin k filmu, rozprávke) k spoločne videnému dielu

Pod programom sa myslí vytvorenie stručného dvojstranového listu na spôsob bulletinov vydávaných k profesionálnym dielam – divadlám, operám..., vrátane grafickej úpravy (kresba).

Najskôr sa vytvára spoločný program. Neskôr si môže každý žiak vytvárať vlastný program odpisovaním slov zo spoločne pripravovaných textových podkladov na tabuľu, ktoré obsahujú jednotlivých predstaviteľov umeleckých, prípadne aj technických spolupracov prezentovaného diela a iné údaje.

Spoločná príprava programu z rozprávky/filmu/inscenácie/scénky, ktorú mali žiaci možnosť vidieť doma (TV, video, DVD a iné možnosti), podľa možnosti to isté dielo.

Zručnejší žiaci môžu za domácu úlohu dostať pripraviť si bulletin z toho, čo videli nezávisle na vyučovaní v praktickej škole (z vlastnej iniciatívy). Vhodné je vytvoriť u žiakov návyk vytvoriť si na pamiatku bulletin z toho, čo videli a čo ich mimoriadne zaujalo.

Nacvičovanie príležitostných scénok – na námety Vianoc, fašiangov, Veľkej noci, príchodu jari, sviatku matiek, otcov a pod., alebo na umelecké námety, námety z bežného života – scénky historické, humorné, zo školského prostredia, nakupovania, vytvárania poriadku v domácnosti, z výletu a iné.

**TELESNÁ VÝCHOVA  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autorka**

**PaedDr. Mária Tekelová**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Vyučovací predmet telesná výchova pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej len „žiaci s AU alebo PVP s MP“) v triede s individuálnym vzdelávacím programom v praktickej škole nadväzuje na vyučovanie telesnej výchovy podľa obsahu vzdelávania pre základnú školu pre žiakov s autizmom.

Obsah vzdelávania predmetu telesná výchova pre žiakov s AU alebo PVP s MP v praktickej škole je vypracovaný na jednej úrovni, pričom pedagóg do individuálneho vzdelávacieho programu žiaka volí metódy, formy a prostriedky primerane fyzickému a psychickému stavu žiaka.

Ciele obsahu vzdelávania predmetu telesná výchova sú zvolené tak, aby ich mohol plniť jednak žiak, ktorý je schopný väčšinu cvičení vyplývajúcich z učebných osnov len na základe priameho promptu, teda ktorý nie je schopný vykonávať ich po bežnej inštrukčii, ani po jeho jednoduchom názornom predvedení. Rešpektujú tiež vnútorné dispozície žiakov, ktorí nie sú schopní kooperovať v skupine. Ciele pre žiakov, ktorí sú schopní vykonávať aj cvičenia na základe inštrukčie, resp. po priamej názornej ukážke a uplatňovať pravidlá pohybových športových hier v kooperácii s inými žiakmi alebo iným žiakom, sú určené len pre takto disponovaných žiakov.

Učiteľ pri vyučovaní žiakov s AU alebo PVP s MP v praktickej škole využíva tie formy a metódy, ktoré sa osvedčili pri vyučovaní žiaka v základnej škole pre žiakov s autizmom. Z uvedeného dôvodu je dôležité, aby sa učiteľ, ktorý vyučuje predmet telesná výchova v praktickej škole, oboznámil nielen s pedagogickou dokumentáciou vedenou pri predchádzajúcom vzdelávaní žiaka, ale najmä so systémom učiteľovej práce pri jeho vedení v tomto predmete, z ktorého môže vychádzať, alebo vzhľadom na fyzické a psychické zmeny žiaka z hľadiska jeho vývinu môže predchádzajúci systém primerane zmeniť.

Pri vyučovaní telesnej výchovy pre žiakov AU alebo PVP s MP sú kontraindikované súťaživé pohybové hry a úpoly (telesné cvičenia na prekonanie fyzického odporu súpera), preto ich nezaraďujeme do obsahu vzdelávania a telovýchovných aktivít týchto žiakov!

Hodiny telesnej výchovy majú viesť k upevňovaniu zdravého fyzického vývinu žiaka, čo má významný vplyv na rozvíjanie a udržiavanie psychosomatickej integrity jeho osobnosti. Tým, že žiak na hodinách telesnej výchovy cielene uvoľňuje a spevňuje jednotlivé svalové partie svojho tela, ktoré má zvyčajne jednostranne zaťažované na ostatných vyučovacích hodinách a tiež cielene alebo mimovoľne relaxuje, zlepšuje svoju telesnú a neoddeliteľne s ňou aj psychickú kondíciu. Intenzívne prehlbovanie dýchania, ku ktorému dochádza pri väčšine telovýchovných aktivít, t. j. okysličovanie organizmu, má pozitívne nielen fyzické, ale aj psychické účinky na každého žiaka, ktoré vplývajú na odolnosť voči záťažiam a stresom.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Osvojiť si základné pohybové zručnosti pre vykonávanie jednoduchých cvičebných úkonov pomocou promptu alebo názornej ukážky,
- dosiahnuť zníženie potreby poskytovania fyzického promptu pri nácviku nových cvičebných úkonov,
- dosiahnuť takú úroveň pohybových schopností, zručností a návykov v závislosti od vlastnej fyzickej dispozície žiaka, ktorá zlepší ich pohybovú koordináciu, pohyblivosť, obratnosť, kondíciu s vytrvalosťou, pozorovateľnú aj mimo hodín telesnej výchovy,
- zautomatizovať uplatňovanie základných hygienických návykov, ktoré je potrebné uplatňovať v súvislosti s telovýchovnými aktivitami,
- naučiť žiaka rešpektovať nevyhnutné bezpečnostné opatrenia v súvislosti s telovýchovnými aktivitami,
- zlepšiť priestorovú orientáciu žiaka v okolí školy, respektíve jeho bydliska,
- viesť k osvojeniu a samostatnému dodržiavaniu športových a ďalších pravidiel, všeobecne určených alebo stanovených učiteľom pre vykonávanie realizovaných telovýchovných aktivít,
- viesť žiaka k obľúbeniu si niektorej z telovýchovných aktivít, ktorú bude môcť uplatňovať vo svojom voľnom čase na upevňovanie svojho zdravia a jeho vhodného trávenia,
- naučiť žiaka ovládať také pohybové činnosti a športové hry, prostredníctvom ktorých sa bude môcť zapojiť do činností realizovaných v skupinách rovesníkov (letný tábor, športovo-rekreačný areál, rovesnícka komunitná voľnočasová činnosť a pod.).

## OBSAH

Nácvik základných hygienických úkonov pred vykonávaním telovýchovnej činnosti a počas nej – výmena oblečenia vhodného na telesné cvičenie podľa jeho druhu (telocvičňa, školský dvor, plávanie, vychádzka spojená s behom, resp. iné telovýchovné aktivity), použitie WC pred začiatkom telesnej výchovy, nepožívanie jedla bezprostredne pred cvičením, kontrola správneho zaviazania šnúrok na obuvi, oblečení, odloženie časti oblečenia pri rozohriatí organizmu, odstránenie predmetov, ktoré môžu prekážať pri pohybe – vlastných, resp. z ihriska, dráhy a i.

Nácvik základných hygienických úkonov pri ukončení telesnej výchovy - umývanie rúk a ďalších častí tela po ukončení telovýchovných aktivít podľa možností školy, resp. uloženie osprchovania sa ako domácej úlohy po príchode žiaka zo školy domov, prezutie sa z obuvi a prezlečenie sa z oblečenia použitého na telesnej výchove, ich odloženie na určené miesto.

Telesné cvičenia zamerané na správne držanie tela, spevňovanie chrbtice a brušných svalov.

Telesné cvičenia zamerané na zlepšovanie pohyblivosti a ohybnosti.

Telesné cvičenia zamerané na zvyšovanie fyzickej sily a výkonnosti.

Telesné cvičenia zamerané na zvýšenie vytrvalosti.

Relaxačné a uvoľňovacie cvičenia vychádzajúce z jogových cvičení pre deti.

Zvyšovanie schopnosti samostatného pohybu v okolí školy a bydliska žiaka, jeho orientácie v priestoroch školy využívaných na telesnú výchovu a šport, resp. na jemu a rodine dostupných športoviskách (ihrisko, bazén, rekreačno-športový areál...).

Nácvik individuálnych športov, resp. športu vykonávaného so spoluhráčom podľa možnosti školy, ktorý môže žiak využívať aj vo svojom voľnom čase – napr. hra s loptou (driblovanie, hádzanie lopty do basketbalového koša, poklus s kopaním si lopty pred sebou, kopanie na bránku a iné), korčuľovanie na kolieskových korčuľoch, korčuľovanie na ľade, plávanie, rekreačný beh, bedminton, stolný tenis, zvlášť vhodná je hra boccia („boča“), ruské kolky a i.

## **PROCES**

Počas vyučovacej hodiny telesnej výchovy je nevyhnutné mať na pamäti žiakov psychosomatický stav a na základe dôkladného poznania jeho fyzického a psychického stavu, vrátane lekárom diagnostikovaných alebo pozorovaných odchýlok, podporovať telesnými cvičeniami jeho vývin.

Postupujeme jednak podľa cieľov a obsahu týchto učebných osnov a jednak podľa odporúčaní odborných lekárov a fyzioterapeutov, rehabilitačných pracovníkov, v prípade, ak má žiak nejaké ortopedické alebo iné odchýlky od normy.

Z hľadiska požiadaviek volíme vždy individuálny prístup k jednotlivým žiakom, pričom formy, metódy a prostriedky využívané na hodinách telesnej výchovy nadväzujú na obsah vzdelávania pre žiakov s AU alebo PVP s MP v základnej škole pre žiakov s autizmom so zohľadnením vekových osobitostí žiaka vzdelávaného v praktickej škole.

Pri voľbe jednotlivých cvičení je vhodné čerpať z aktuálnych učebných osnov pre zdravotnú telesnú výchovu pre základné školy a špeciálne školy.

Trojhodinovú časovú dotáciu možno v jednom týždni rozčleniť na tri samostatné vyučovacie jednotky, alebo na dve ucelené vyučovacie jednotky, v ktorých sa zlúčia dve hodiny do jedného dlhšieho bloku určeného na náročnejšie športové aktivity alebo na vychádzky zamerané na cvičenie vytrvalostnej chôdze, orientácie, striedanie behu a chôdze a pod. Kratší blok telesnej výchovy v príslušnom týždni, t. j. jedna hodina, ktorá bude vyučovaná bude vyučovaná v inom dni, môže byť zameraná na telovýchovné aktivity vykonávané v interiéri budovy školy. Takéto členenie umožní väčšiu flexibilitu a prispôsobenie vyučovania telesnej výchovy aj pre realizáciu takých telovýchovných aktivít, ktoré si vyžadujú dlhší čas na jej prípravu a ukončenie, alebo na jej vykonávanie mimo areálu školy.

O telovýchovných aktivitách a cvičeniach realizovaných na telesnej výchove je dôležité informovať rodinu žiaka, aby ich mohol uplatňovať a rozvíjať vo svojom voľnom čase pre upevňovanie svojho zdravia a kondície.

Treba mať na pamäti, že pre upevňovanie zdravia žiaka, ktorý sa nachádza vo veku zrýchleného fyzického vývinu, je cieľový telesný pohyb, realizovaný nielen na hodinách telesnej výchovy, základným predpokladom prevencie pred ortopedickými a inými odchýlkami od normy, vedúcimi k rôznym psychosomatickým ťažkostiam v neskoršom veku.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Zlepšiť pohybovú koordináciu, pohyblivosť, obratnosť, kondíciu a vytrvalosť – atribúty pozorovateľné aj mimo hodín telesnej výchovy,
- zdokonaľiť zautomatizovanie základných hygienických návykov, ktoré je potrebné uplatňovať v súvislosti s telovýchovnými aktivitami,
- dodržiavať nevyhnutné bezpečnostné opatrenia v súvislosti s telovýchovnými aktivitami,
- zlepšiť priestorovú orientáciu žiaka v okolí školy, jeho bydliska,
- samostatné dodržiavanie športových a ďalších pravidiel, všeobecne určených pri konkrétnej hre alebo stanovených učiteľom pre vykonávanie príslušných telovýchovných aktivít,
- vytvoriť vzťah k niektorej z telovýchovných aktivít na jej uplatňovanie vo voľnom čase žiaka na upevňovanie zdravia a vhodného trávenia času,
- vedieť ovládať také pohybové činnosti a športové hry, prostredníctvom ktorých sa žiak bude môcť zapájať v skupinách rovesníkov (letný tábor, športovo-rekreačný areál, rovesnícka komunitná voľnočasová činnosť a pod.).

### OBSAH

Obsah vychádza z činností uplatňovaných v prvom ročníku praktickej školy. Tým, že väčšina aktivít sa opakuje, je možné ich rozvíjať na vyššom stupni ich uplatňovania – ide o väčšiu samostatnosť žiaka, lepšie zručnosti a predĺženie vytrvalosti. Vždy máme na pamäti rozdiel medzi cieľmi tohto predmetu stanovenými v prvom a v tomto - druhom, nadväzujúcom ročníku.

Upevňovanie základných hygienických úkonov pred vykonávaním telovýchovnej činnosti a počas nej – výmena oblečenia vhodného na telesné cvičenie podľa jeho druhu (telocvičňa, školský dvor, plávanie, vychádzka spojená s behom, resp. iné telovýchovné aktivity), použitie WC pred začiatkom telesnej výchovy, nepožívanie jedla bezprostredne pred cvičením, kontrola správneho zaviazania šnúrok na obuvi, oblečení, odloženie časti oblečenia pri rozohriatí organizmu, odstránenie predmetov, ktoré môžu prekážať pri pohybe – vlastných, resp. z ihriska, dráhy a iné.

Uplatňovanie základných hygienických úkonov pri ukončení telesnej výchovy - umývanie rúk a ďalších častí tela po ukončení telovýchovných aktivít podľa možností školy, resp. uloženie osprchovania sa ako domácej úlohy po príchode žiaka zo školy domov; prezutie sa z obuvi a prezlečenie sa z oblečenia použitého na telesnej výchove, ich odloženie na určené miesto.

Telesné cvičenia zamerané na správne držanie tela, spevňovanie chrbtice a brušných svalov.

Telesné cvičenia zamerané na zlepšovanie pohyblivosti a ohybnosti.

Telesné cvičenia zamerané na zvyšovanie fyzickej sily a výkonnosti.

Telesné cvičenia zamerané na zvýšenie vytrvalosti.

Relaxačné a uvoľňovacie cvičenia vychádzajúce z jogových cvičení pre deti.

Zvyšovanie schopnosti samostatného pohybu žiaka - pod dozorom, resp. „hra na sprievodcu“ v okolí školy a bydliska žiaka; zlepšovanie jeho orientácie v priestoroch školy využívaných na telesnú výchovu a šport, resp. na jemu a rodine dostupných športoviskách (ihrisko, bazén, rekreačno-športový areál...).

Individuálne športy, resp. športy vykonávané so spoluhráčom, ktorý môže žiak využívať aj vo svojom voľnom čase sám alebo vo dvojici, trojici... – napr. hra s loptou (driblovanie, hádzanie lopty do basketbalového koša, poklus s kopaním si lopty pred sebou, kopanie na bránku a iné), korčuľovanie na kolieskových korčuľoch, korčuľovanie na ľade, plávanie, rekreačný beh, bedminton, stolný tenis, zvlášť vhodná je hra boccia („boča“), ruské kolky a i.

## **PROCES**

Počas vyučovacej hodiny telesnej výchovy je nevyhnutné mať na pamäti žiakov psychosomatický stav a na základe dôkladného poznania jeho fyzického a psychického stavu, vrátane lekárom diagnostikovaných alebo pozorovaných odchýlok, podporovať telesnými cvičeniami jeho vývin.

Postupujeme jednak podľa cieľov a obsahu, a jednak podľa odporúčaní odborných lekárov a fyzioterapeutov, rehabilitačných pracovníkov, v prípade, ak má žiak nejaké ortopedické alebo iné odchýlky od normy.

Z hľadiska požiadaviek volíme vždy individuálny prístup k jednotlivým žiakom, pričom formy, metódy a prostriedky využívané na hodinách telesnej výchovy nadväzujú na obsah vzdelávania pre ZŠ pre žiakov s autizmom so zohľadnením vekových osobitostí žiaka vzdelávaného v praktickej škole.

Pri voľbe jednotlivých cvičení je vhodné čerpať z aktuálnych učebných osnov pre zdravotnú telesnú výchovu pre základné školy a špeciálne školy.

Trojhodinovú časovú dotáciu možno v jednom týždni rozčleniť na tri samostatné vyučovacie jednotky, alebo na dve ucelené vyučovacie jednotky, v ktorých sa zlúčia dve hodiny do jedného dlhšieho bloku určeného na náročnejšie športové aktivity alebo na vychádzky zamerané na cvičenie vytrvalostnej chôdze, orientácie, striedanie behu a chôdze a pod. Kratší blok telesnej výchovy v príslušnom týždni, t. j. jedna hodina, ktorá bude vyučovaná bude vyučovaná v inom dni, môže byť zameraná na telovýchovné aktivity vykonávané v interiéri budovy školy. Takéto členenie umožní väčšiu flexibilitu a prispôbenie vyučovania telesnej výchovy aj pre realizáciu takých telovýchovných aktivít, ktoré si vyžadujú dlhší čas na jej prípravu a ukončenie, alebo na jej vykonávanie mimo areálu školy.

O telovýchovných aktivitách a cvičeniach realizovaných na telesnej výchove je dôležité informovať rodinu žiaka, aby ich mohol uplatňovať a rozvíjať vo svojom voľnom čase pre upevňovanie svojho zdravia a kondície.

Treba mať na pamäti, že pre upevňovanie zdravia žiaka, ktorý sa nachádza vo veku zrýchleného fyzického vývinu, je cieľový telesný pohyb, realizovaný nielen na hodinách telesnej výchovy, základným predpokladom prevencie pred ortopedickými a inými odchýlkami od normy, vedúcimi k rôznym psychosomatickým ťažkostiam v neskoršom veku.



## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Udržať nadobudnutú pohybovú koordináciu, pohyblivosť a obratnosť nadobudnutú v predchádzajúcich ročníkoch,
- upevniť stereotypy na uplatňovanie základných hygienických návykov pri telovýchovných aktivitách,
- samostatné dodržiavanie športových a ďalších pravidiel, všeobecne určených pri konkrétnej hre alebo stanovených učiteľom pre vykonávanie príslušných telovýchovných aktivít,
- upevniť vzťah k niektorej z telovýchovných aktivít na jej uplatňovanie vo voľnom čase – v oblasti individuálne vykonávaných pohybových aktivít alebo aj v oblasti pohybových činností a športových hier vykonávaných v menšej alebo väčšej skupine, družstve.

### OBSAH

V poslednom ročníku praktickej školy pokračujeme v utváraní stereotypov, ktoré môže žiak využívať vo svojom voľnom čase po vyučovaní a najmä po ukončení školy.

Upevňovanie základných hygienických úkonov pred vykonávaním telovýchovnej činnosti a počas nej – výmena oblečenia vhodného na telesné cvičenie podľa jeho druhu (telocvičňa, školský dvor, plávanie, vychádzka spojená s behom, resp. iné telovýchovné aktivity), použitie WC pred začiatkom telesnej výchovy a iné.

Ochrana zdravia a bezpečnosti pred a počas telovýchovných aktivít – nepožívanie jedla bezprostredne pred cvičením, kontrola oblečenia a obuvi - správne zaviazanie šnúrok na obuvi, neobmedzujúce oblečenie v pohybe, odloženie časti oblečenia pri rozohriatí organizmu, kontrola priestoru z hľadiska bezpečnosti a iné.

Ochrana zdravia a bezpečnosti po ukončení telovýchovných aktivít – umytie rúk a ďalších častí tela podľa možnosti školy po prezlečení sa zo športového oblečenia.

Telesné cvičenia zamerané na správne držanie tela, spevňovanie chrbtice a brušných svalov.

Telesné cvičenia zamerané na zlepšovanie pohyblivosti a ohybnosti.

Telesné cvičenia zamerané na zvyšovanie fyzickej sily a výkonnosti.

Relaxačné a uvoľňovacie cvičenia vychádzajúce z jogových cvičení pre deti.

Upevňovanie istoty v orientácii v priestoroch využívaných na telesnú výchovu a šport a na dostupných športoviskách pre žiaka, resp. ďalších členov jeho rodiny ( ihrisko, bazén, rekreačno-športový areál...).

Individuálne športy a športy vykonávané so spoluhráčom – napr. hra s loptou (driblovanie, hádzanie lopty do basketbalového koša, poklus s kovaním si lopty pred sebou, kopanie na bránku a iné), korčuľovanie na kolieskových korčuľoch, korčuľovanie na ľade, plávanie, rekreačný beh, bedminton, stolný tenis, boccia, ruské kolky a iné.

### PROCES

Okrem toho, že telovýchovné aktivity je potrebné prispôbovať priestorovým podmienkam školy a jej okolia, je nevyhnutné vychádzať z potrieb a zo psychosomatických daností žiaka. Ortopedické alebo iné odchýlky od normy zistené u žiaka rešpektujeme a prostredníctvom

informácií jeho rodičov alebo rehabilitačnej sestry zaradíme na hodine telesnej výchovy aj individuálne cvičenia, ktoré má žiak precvičovať v rámci svojej rehabilitácie doma.

Námety na cvičenia je vhodné čerpať z doteraz vydaných učebných osnov pre zdravotnú telesnú výchovu pre základné školy a špeciálne školy, aj ak už nie sú aktuálnou súčasťou Štátneho vzdelávacieho programu.

Jeden z blokov telesnej výchovy v priebehu týždňa by mal byť zameraný na strečingové cvičenia, cvičenia na správne držanie tela, zvyšovanie ohybnosti a pod.

Telovýchovné aktivity, na ktoré máme úmysel zamerať žiaka, aby ich mohol vykonávať aj po ukončení školy, je nevyhnutné voliť po rozhovore s rodičmi žiaka.

**ZDRAVOTNÁ VÝCHOVA  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autorka**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet zdravotná výchova patrí v rámci štátneho vzdelávacieho programu do vzdelávacej oblasti odbornopracovných predmetov pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiak s AU alebo PVP s MP“) v triede s individuálnym vzdelávacím programom v praktickej škole.

Predmet nadväzuje na ciele a obsah vzdelávania najmä predmetu biológia pre 7. až 9. ročník pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ISCED 1- primárne vzdelávanie).

Cieľom predmetu je aby žiak čo najlepšie poznal vlastné telo, získal základné vedomosti a osvojil si zásady ochrany svojho zdravia, prípadne osôb z najbližšieho okolia (členov rodiny, spolužiakov).

Obsah predmetu je zameraný na základnú stavbu a funkciu ľudského organizmu, ochranu a starostlivosť o zdravie človeka a praktické aktivity súvisiace s prebratým učivom v danej oblasti.

Ciele a obsah predmetu je potrebné prepojiť s cieľmi a obsahom predmetu príprava jedál a výživa.

Obsah predmetu musí byť sprostredkovaný žiakom tak, aby získane vedomosti vedeli žiaci využiť v bežnom, praktickom živote nielen vo svoj prospech, ale aj v prospech iných jedincov.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Poznať základnú stavbu a funkciu ľudského organizmu,
- poznať a dodržiavať základné hygienické pravidlá,
- vedieť chrániť zdravie pred chorobou a úrazom,
- vedieť vyhľadať pomoc pri úraze s pomocou/samostatne,
- vedieť poskytnúť prvú pomoc s pomocou/samostatne,
- prehĺbiť poznatky zo starostlivosti o zdravie,
- poznať a vedieť nájsť inštitúciu poskytujúcu ošetrovanie, prvú pomoc.

## OBSAH

### Úvod do predmetu

Starostlivosť o zdravie a bezpečnosť človeka. Základné hygienické pravidlá, predchádzanie chorobám a úrazom.

Znaky života u človeka (človek sa živí rastlinnou, živočíšnou potravou a vodou, dýcha kyslík, rastie, vyvíja sa, rozmnožuje, vníma zmyslami, pohybuje sa).

Určovanie jednotlivých častí tela a polohy vnútorných orgánov.

### Oporná sústava

Stavba kostry. Význam kostry pre človeka (ochrana vnútorných orgánov, zabezpečuje pohyb Kostí - stavba, tvar a veľkosť (dlhé, krátke, ploché, nepravidelné – ukázanie na modely kostry človeka).

Kostra hlavy, trupu, končatín a spojenie kostí kĺbmi – informatívne, spojené s názorom.

Všeobecné zásady pri ošetrovaní (poskytnutí prvej pomoci) vykĺbeného ramena, kolena, zápästia a zlomenín.

Starostlivosť o zdravý vývin kostry – dostatok minerálnych látok v potrave, pohyb a iné.

Význam telesnej aktivity pre zdravý vývin kostry. Správne držanie tela.

#### **Praktické aktivity:**

Nácvik prvej pomoci pri podvrtnutí členka, zlomenine ruky, nohy, rebra (nebezpečenstvo prepichnutia pľúc – príznaky), pri otvorenej zlomenine a pod. s pomocou/samostatne.

Cviky na prevenciu plochej nohy.

### Pohybová sústava

Stavba a činnosť svalov. Význam svalov pre človeka. Najväčšie a najdôležitejšie svaly človeka (informatívne podľa obrázku). Určovanie niektorých svalov na obrazovom názore.

Pozorovanie činnosti a zmeny svalov pri práci.

Dôsledky preťažovania organizmu, prevencia.

Význam telesnej aktivity (chôdza, šport, práca) pre zdravý vývin svalov.

#### **Praktické aktivity:**

Cviky rozvíjajúce určité svalové skupiny.

Nácvik prvej pomoci/ošetrovania pri preťažení, narušení svalu (obklady, gél, masť, náplasť a iné).

## **Obehová sústava**

Základné poznatky o obehovej sústave – rozvádza krv do všetkých častí tela, centrom celej sústavy je srdce. Stavba a činnosť srdca. Krvný obeh. Hlavné tepny a žily. Tepny (artérie) odvádzajú krv zo srdca a žily (vény) ju zase vracajú do srdca. Obeh krvi srdcom a pľúcami.

Choroby srdca a ciev, príznaky, prevencia, liečenie.

Krv a jej zloženie (krvná plazma, červené krvinky, biele krvinky a krvné doštičky – iba informatívne). Dospelý človek má asi 5,5 l krvi, ktorá prúdi krvným obehom – v krvných cievach. Funkcia a obranné vlastnosti krvi v tele človeka.

Význam krvi pre život človeka. Transfúzia krvi. Darcovstvo krvi.

Význam správnej životosprávy. Vplyv práce a športu na obehovú sústavu.

Infekčné choroby, význam očkovania. Narušenie imunity. Ochrana pred infekčnými/nákazlivými chorobami.

### ***Praktické aktivity:***

Nácvik ošetrovania odreniny a reznej rany.

Nácvik prvej pomoci pri krvácaní z tepny/žily.

Nácvik prvej pomoci pri zastavení srdcovej činnosti (nepriama masáž srdca).

## **Dýchacia sústava**

Stavba a činnosť dýchacej sústavy (nádych, výdych). Dýchanie – nevyhnutnosť pre život.

Dýchacie cesty: horné (nos, prínosné dutiny, nosohltan) a dolné (priedušnica, priedušky).

Ochorenia horných a dolných dýchacích ciest, príznaky ochorenia, prevencia.

Domáce spôsoby liečenia ľahkého ochorenia dýchacích ciest – čaje, kvapky a iné.

Vplyv znečisteného ovzdušia na dýchacie ústroje.

Škodlivosť fajčenia, vdychovania pár organických rozpúšťadiel a iných škodlivých látok.

Starostlivosť o čistotu ovzdušia.

### ***Praktické aktivity:***

Nácvik prvej pomoci pri zastavení dýchania.

Beseda o škodlivosti fajčenia.

Príprava čaju z liečivých rastlín.

## **PROCES**

Učivo predmetu zdravotná výchova je pre s AU alebo PVP s MP veľmi náročné, pretože žiak nie je schopný vo všeobecnosti nazerať na človeka ako na bytosť, ktorá má psychickú, duševnú a fyzickú stránku.

Učiteľ sa musí v prvom rade usilovať o to, aby žiak nadobudol čo najviac poznatkov o sebe samom, o svojom tele a starostlivosti o neho, o svojom zdraví a podľa toho určiť rozsah a hĺbku poskytovaných poznatkov.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Získať základné poznatky o stavbe a činnosti jednotlivých sústav ľudského tela,
- vedieť upozorniť, opísať/pomenovať bolesť,
- vedieť ako predchádzať nákazlivým chorobám a ich prenosu,
- poznať škodlivosť fajčenia, požívania alkoholu a iných toxických látok,
- vytvárať už žiakov pozitívny vzťah k zdravému životnému prostrediu,
- osvojiť si zásady zdravej výživy.

### OBSAH

#### Tráviaca sústava

Stavba a činnosť tráviacej sústavy.

Tráviacu sústavu tvorí: ústna dutina a pažerák, žalúdok a tenké a hrubé črevo.

Prijem potravy, jej mechanické spracovanie (žuvanie, premiešanie so slinami potravy).

Zuby – stavba zubov, starostlivosť o chrup.

Uloženie a funkcia pečene a podžalúdkovej žľazy.

Základné zložky potravy. Trávenie, jeho význam pre človeka.

Choroby tráviacej sústavy. Príznaky žltacky, dôležitosť očkovania. Význam diéty pri ochoreniach tráviacej sústavy. Význam používania liečivých bylín.

Rozpoznanie bolesti napr. žalúdka, opis bolesti (zvracanie, hnačka, kŕče a iné).

Zásady zdravej výživy a dodržiavanie hygienických zásad pri spracovaní potravy, stravovaní a stolovaní.

Požívanie alkoholických nápojov a ich negatívne následky pre zdravie.

#### **Praktické aktivity:**

Návšteva zubného lekára.

Nácvik prvej pomoci pri otrave jedlom, chemickými látkami a chorobách tráviacej sústavy.

#### Vylučovacia sústava

Stavba a funkcia vylučovacej sústavy – obličky, močovody, močový mechúr, močová rúra (ukázať, pomenovať na obrázku samostatne/s pomocou).

Význam vylučovacej sústavy pre človeka (pri metabolizme látok neustále vznikajú splodiny/odpadové látky, ktoré pri nahromadení pôsobia škodlivo, preto je nevyhnutné tieto látky z tela vylučovať).

Choroby vylučovacej sústavy – príznaky, prevencia.

#### Koža

Stavba a činnosť kože, význam. Zloženie kože (z troch vrstiev): pokožky, zamše a podkožného väziva. Koža patrí k plošne najväčším orgánom ľudského tela.

Funkcie kože:

- chráni organizmus pred mechanickým a chemickým poškodením,
- chráni telo pred účinkami UV žiarenia,
- bráni vniknutiu mikroorganizmov do tela,
- vylučuje niektoré odpadové látky,
- zúčastňuje sa na termoregulácii,
- je zásobným orgánom tela.

Starostlivosť o kožu v rámci osobnej hygieny.

Deriváty kože – vlasy, nechty.

Zásady prvej pomoci pri poranení kože.

Význam telesnej hygieny pre zdravie.

Choroby kože, príznaky, prevencia, dôležitosť včasného rozpoznania a liečenia.

***Praktické aktivity:***

Prvá pomoc pri popáleninách a omrzlinách – modelové situácie.

Nácvik ochrany kože pred jej poškodením (používanie kozmetických prípravkov, chránenie sa pred slnečným žiarením, správne umývanie a iné). Návšteva drogérie, lekárne.

Beseda s dermatológom, zdravotnou sestrou.

## **PROCES**

V rámci výučby predmetu realizujeme praktické aktivity uvedené v obsahu podľa možností školy, predovšetkým v reálnych podmienkach.

Dôležité sú aj exkurzie na príslušné pracoviská, návšteva rôznych inštitúcií súvisiacich s preberaným učivom (lekáreň, zdravotné stredisko, kozmetický salón) a pod.

Vyučujúci sa musí v prvom rade usilovať o to, aby žiak nadobudol nielen čo najviac poznatkov z preberanej oblasti, ale aby ich vedel predovšetkým využiť v praktickom živote.

Limitujúcim faktorom pri osvojovaní obsahu a naplnení cieľov predmetu sú individuálne možnosti a schopnosti každého žiaka, a preto podľa toho musí pedagóg zvážiť rozsah a hĺbku poskytovaných poznatkov.



## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Získať základné poznatky o stavbe a činnosti jednotlivých sústav ľudského tela,
- prehĺbiť základné poznatky v starostlivosti o zdravie,
- poznať škodlivosť fajčenia, pitia alkoholických nápojov, toxických látok,
- osvojiť si zdravý životný štýl.

### OBSAH

#### Zmyslové orgány človeka

Rozlišovanie zmyslov u človeka (zrak, sluch, čuch, chuť, hmat).

Orgány zmyslov (oko, ucho, nos, jazyk, koža) ich význam (slúžia človeku predovšetkým na spoznávanie vonkajšieho prostredia) a starostlivosť o ne.

Oko – stavba a funkcia oka iba informatívne, na základe použitia modelu. Poruchy a choroby zraku.

Ucho – stavba a funkcia ucha iba informatívne, na základe použitia modelu. Poruchy sluchu.

Nos – „nástroj“ čuchu. Ochorenia čuchu, strata čuchu, príčiny a prevencia. Rozlišovanie látok čuchom

Jazyk – strata a chute. Rozlišovanie chutí.

Koža – sídlo hmatu, vnímanie a identifikovanie dotyku, tlaku, tepla, chladu a bolesti.

#### **Praktické aktivity:**

Prvá pomoc pri poranení oka, ucha, nosa, jazyka.

Nácvik rozlišovania základných chutí: sladká, kyslá, horká, slaná.

Nácvik rozlišovania pachov, vôní, chutí a využite v praktickom živote.

#### Centrálna nervová sústava

CNS -- kontrolné ústredie tela. Koordinuje všetky jeho funkcie – mechanické i chemické. Stavba a činnosť CNS (mozog, miecha, nervy a nervové dráhy (iba informatívne podľa názoru).

Úrazy, choroby CNS – dôsledky, prevencia.

Drogová závislosť a jej následky na činnosť CNS.

Negatívny vplyv alkoholu a fajčenia na činnosť CNS.

Zásady prvej pomoci pri úrazoch chrbtice.

Zdravý životný štýl, dostatok odpočinku, spánku, relaxácie, športu a činnosť CNS.

#### **Praktické aktivity:**

Nácvik prvej pomoci pri strate vedomia, úraze chrbtice, predávkovaní liekmi a iné.

#### Obdobia života človeka

Novorodenecké obdobie (od narodenia do 28 dní života dieťaťa), prispôsobuje sa životným podmienkam mimo matkinho organizmu. Samostatne dýcha, prijíma potravu, vylučuje odpadové látky z tela.

Dojčenské obdobie – končí dosiahnutím jedného roka. V 1. roku života dieťa zaznamená intenzívny rast – strojnásobí sa hmotnosť, narastie o 25 cm. Dôležitá je prirodzená výživa pre normálny telesný i psychický rast dieťaťa.

#### Detské obdobie

(od 1 do 3 rokov obdobie batolaťa) - rozvíjanie motorických a psychických funkcií, reč, základné hygienické a spoločenské návyky.

(od 3 do 6 rokov – predškolský vek) - zmeny proporcie tela, obratnosť, zdokonalenie reči, vytváranie povahových vlastností – význam cieľavedomej výchovy.

(od 6. roku – školský vek) – zvyšuje sa psychická kapacita, znaky osobnosti, dôležité obdobie pre duševný vývin dieťaťa.

Dospievanie (od 9 do 18-20 rokov) – zrýchlený rast a vývin. Puberta – vylučovanie hormónov pohlavných žliaz, tvorba zárodočných buniek, ukončenie vývinu pohlavných orgánov, vývin sekundárnych pohlavných znakov.

Dospelosť (od 20. do 74. roku – zvyšuje sa telesná a duševná výkonnosť, zakladanie rodiny, obdobie tvorivej plodnosti, atď.

Starnutie – po 75. roku života jedinca - starci, postupné ochabovanie organizmu, zmeny v CNS, i obehovej sústavy. Dôležitá je aktívna staroba – striedmosť v jedle, záujem o dianie.

***Praktické aktivity:***

Rozpoznanie jednotlivých období človeka na obrázku a pod.

**Rozmnožovacia sústava**

Reprodukčný systém – pohlavné orgány ženy a muža, stavba a činnosť.

Fyzická dospelosť človeka. Biologické zmeny a pohlavný život.

Oplodnenie. Vývin zárodka. Pôrod.

Starostlivosť o novorodenca.

Intímna hygiena muža a ženy.

Antikoncepcia, interrupcia. Dôsledky interrupcie.

AIDS a iné pohlavné choroby, prevencia.

***Praktické aktivity:***

Besedy s odborníkom na témy: sexuálna výchova, dospievanie a iné.

**PROCES**

Obsah časti obdobia života človeka približujeme žiakovi iba podľa jeho individuálnych možností a schopností. Odporúčame vysvetliť na časovej osi.

V rámci výučby predmetu realizujeme praktické aktivity uvedené v obsahu podľa možností predovšetkým v reálnych podmienkach. Dôležité sú aj exkurzie na príslušné pracoviská, návšteva rôznych inštitúcií súvisiacich s preberaným učivom (lekáreň, zdravotné stredisko, kozmetický salón) a pod.

Dôležitou súčasťou výučby predmetu zdravotná výchova sú aj pomôcky: encyklopédie, obrazy, zbierky a krátke filmy – DVD, CD, internet a iné.

**PRÍPRAVA JEDÁL A VÝŽIVA  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autori**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

**Mgr. Denisa Gergišáková**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet príprava jedál a výživa patrí v rámci štátneho vzdelávacieho programu do vzdelávacej oblasti odborných predmetov pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej len „žiak s AU alebo PVP s MP“) v triede s individuálnym vzdelávacím programom (ďalej aj „IVP“) v praktickej škole.

Predmet nadväzuje na ciele a obsah vzdelávania predmetu pracovné vyučovanie pre 5. až 9. ročník pre žiakov s AU alebo PVP s MP (ISCED 1- primárne vzdelávanie).

Cieľom predmetu je, aby žiaci získali základné vedomosti a praktické zručnosti, potrebné pri príprave jednoduchých jedál teplej a studenej kuchyne a zdravej výžive.

Obsah predmetu je zameraný predovšetkým na prípravu studených a teplých jedál, ktorých prípravu by mali žiaci zvládnuť samostatne, prípadne s minimálnou pomocou. Obsah predmetu sa prelína, dopĺňa s obsahom predmetu pomocné práce v kuchyni.

Aj keď možno predpokladať, že žiaci AU alebo PVP s MP v triede s IVP v praktickej škole sú na porovnateľnej mentálnej úrovni, ale môžu disponovať diametrálne rozličnými schopnosťami a zručnosťami v tejto oblasti. Vyučujúci predmetu pri vypracovávaní individuálneho vzdelávacieho programu pre žiaka musí vychádzať z jeho aktuálnych schopností a zručností v tejto oblasti, a podľa toho so žiakom individuálne postupovať.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Poznať a uplatňovať bezpečnostné pravidlá pri práci v kuchyni,
- vedieť sa orientovať v priestoroch kuchyne,
- poznať zariadenie kuchyne a vedieť ho adekvátne používať,
- poznať, rozlišovať jednotlivé druhy potravín,
- poznať využitie bežných potravín v gastronómii,
- poznať základné zásady hygieny pri práci s potravinami,
- vedieť skladovať potraviny,
- vedieť pripraviť určené studené jedlá a nápoje samostatne/s pomocou,
- vedieť pracovať s kuchárskou knihou samostatne/s pomocou.

## OBSAH

### Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci

Oboznámenie žiakov so základnými predpismi bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v kuchyni. Predchádzanie úrazom. Hygiena pri práci v kuchyni.

### Zariadenie a vybavenie kuchyne, odev

Oboznámenie sa so zariadením kuchyne a jeho využitím.

Vybavenie kuchyne – hrnce, panvice, nože, riad, na pečenie, pomôcky do kuchyne, elektrické spotrebiče, plastové boxy a dózy, utierky, chňapky.

Pracovný odev a obuv – zástera, čiapka, šatka, tričko, blúza, košeľa, zdravotná obuv.

### Základné potraviny\*)

Oboznámenie sa so základnými potravinami rastlinného a živočíšneho pôvodu. Triedenie potravín. Základné rozdelenie potravín:

#### 1. Základné potraviny rastlinného pôvodu

##### Ovocie

ananás, avokádo, banán, broskyňa, brusnica, citrón, čerešňa, černica, čučoriedka, dula, d'atľa, egreš, figa, granátové jablko, grep, hrozno, hruška, jahoda, kivi, malina, mandarínka, marhuľa, melón, mirabelka, oliva, pomaranč, ríbezľa, ringlota, slivka.

##### Zelenina

baklažán, brokolica, červená repa, cesnak, cibuľa, čili paprika, čínska kapusta, hlávkový šalát, chren, kaleráb, kapusta, karfiol, kel, kôpor, mrkva, paprika, paradajka, petržlen, pór, rebarbora, reďkovka, špargľa, špenát, tekvica, uhorka, zeler, zemiak.

##### Orechy, semenka, gaštany

arašid, kešu orech, kokosový orech, lieskový orech, mandľa, pistáciový orech, vlašský orech, ľanové semienko, sezamové semienko, slnečnicové semienko, tekvicové semienko, jedlý gaštan.

##### Obilniny

jačmeň, kukurica, ovos, pohánka, pšenica, pšeno, raž, ryža, ovsené vločky, pšeničné vločky, ražné vločky, jačmenné vločky, kukuričná krupica.

##### Strukoviny

bôb, cícet, fazuľa, hrach, sója, šošovica, zelená fazuľka,

### Koreniny, soľ, cukor

badián, bazalka, bobkový list, čierne korenie, horčica, kari, klinček, koriander, majorán, rasca, rozmarín, škoricca, tymián, morská soľ, trstinový cukor, hnedý cukor.

### Bylinky na prípravu čajov

baza, lipa, materina dúška, mäta, medovka nechtík, pamajorán, praslička, rebríček, repík, rumanček, skorocel, šalvia, žihľava.

## 2. Základné potraviny živočíšneho pôvodu

### Mliečne výrobky, med

bryndza, cmar, jogurt, kefir, maslo, mlieko, smotana, srvátka, syr, tvaroh, žinčica, med.

### Mäso a vajcia

bravčové mäso, hovädzie mäso, husacie mäso, kačacie mäso, kuracie mäso, morčacie mäso, rybacie mäso, teľacie mäso, slepačie vajcia.

## **Nákup potravín**

Príprava (zoznam potrebných potravín) na nákup v potravinách. Výber a nákup potravín potrebných na varenie. Výber zdravotne nezávadných potravín – sledovať dátum výroby/spotreby, vzhľad, farba, vôňa a iné.

## **Skladovanie potravín**

Potraviny nakupujeme do zásoby. Potraviny, ktoré ihneď nespotrebujeme musíme bezpečne odložiť. Odloženiu potravín na neskoršie použitie hovoríme skladovanie potravín. Predlžovanie trvanlivosti potravín správnym skladovaním - komora, potravinová skrinka a iné.

### Skladovanie potravín v chladničke a mrazničke

Potraviny, ktoré vyžadujú nižšie teploty pre svoje skladovanie je potrebné uložiť do zariadenia na chladenie potravín – chladnička a mraznička. Chladením a mrazením zabránime pôsobeniu a šíreniu mikroorganizmov a umožníme uchovať vitamíny a ďalšie látky v potravinách, ktoré skladujeme.

### *Rozloženie potravín v chladničke*

Poličky a spodné dózy.

Najvrchnejšia polička: hotové jedlá určené na skorú konzumáciu.

Druhá polička zhora: mlieko, mliečne výrobky.

Spodná polička: surové mäso.

Spodné dózy: len tie druhy zeleniny a ovocia, ktoré potrebujú nižšiu teplotu na skladovanie ako je teplota okolia.

### *Dvierka chladničky*

Horná časť dvierok: maslo, syry.

Stredná časť dvierok: vajcia.

Spodná časť dvierok: nápoje vo fľašiach.

## **Studená kuchyňa – príprava studených jedál**

Šaláty: jednoduché i zložité; nálev. Príprava zeleninového/ ovocného šalátu.

Krájanie chleba – nožom, prístrojom.

Natieranie – chlieb, maslo, džem, med

Príprava rôznych druhov nátierok. Chlebíčky, chuťovky.

## **Príprava nápojov**

Teplé nápoje – káva, čaj, kakao.

Studené nápoje – malinovka, studený čaj, koktail.

## **PROCES**

Základné druhy potravín\*) sú uvedené v každom ročníku. Cieľom je, aby sa každý žiak naučil poznať, pomenovať a prakticky vedel pri varení použiť čo najviac druhov potravín. Ktoré druhy potravín a v akom poradí si ich má žiak osvojiť určuje vyučujúci na základe schopností žiaka s AU alebo PVP s MP, a v nadväznosti na ďalší obsah vzdelávania v tomto predmete (použitie pri príprave studených jedál a nápojov).

Žiakov vedieme k dodržiavaniu bezpečnostných pravidiel pri práci v kuchyni. Vyžadujeme taktiež dodržiavať osobnú hygienu pri práci s potravinami.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Poznať bezpečnostné pravidlá pri príprave jedál a používaní elektrospotrebičov,
- poznať základné zásady hygieny pri práci s potravinami,
- vedieť sa orientovať v priestoroch kuchyne,
- poznať zariadenie kuchyne a vedieť ho adekvátne používať,
- poznať základné rozdelenie potravín,
- poznať zásady zdravej výživy,
- vedieť pripraviť vybrané jedlá studenej kuchyne samostatne/s pomocou,
- vedieť pripraviť vybrané teplej kuchyne samostatne/s pomocou,
- poznať využitie polotovarov kuchyni.
- vedieť pracovať s kuchárskou knihou samostatne/s pomocou.

### OBSAH

#### Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci

Oboznámenie žiakov so základnými predpismi bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v kuchyni. Predchádzanie úrazom. Hygiena pri práci v kuchyni.

#### Základné potraviny\*)

Oboznámenie sa so základnými potravinami rastlinného a živočíšneho pôvodu. Triedenie potravín (pozri 1. ročník).

#### Studená kuchyňa – príprava studených jedál

Jedlá podávané v studenom stave.

Studené predjedlá podávame pri všetkých menu ako prvý chod. Mali by to byť malé pokrmy, ktoré vzbudzujú chuť do jedla (pikantné, korenisté, lahodiace oku i chuti).

Možnosti využitia ovocia a zeleniny v studenej kuchyni.

Vykrajovanie ovocia a zeleniny – použitie rôznych krájačov.

*Príprava mís a tanierov:* z ovocia a zeleniny.

Vedíme žiakov k zdravej výžive.

Práca s kuchárskou knihou a literatúrou o zdravej výžive (využitie internetových stránok).

#### Teplá kuchyňa - príprava varených jedál

Príprava polievok. Význam polievok vo výžive.

Polievky delíme na: vývary, hnedé, biele, špeciálne.

Vývar: zeleninový a mäsový. Závarky a vložky do polievok.

Biela polievka a jej príprava.

Jednoduchá hnedá polievka a jej príprava.

Špeciálne: desiatové (fazul'ová, gulášová a iné).

*Príprava jednoduchých polievok:* vývar, rajčinová polievka, kyslá polievka a iné.

Príprava omáčok k mäsu, cestovinám, zelenine.

Využitie polotovarov pri príprave teplých jedál (parená knedľa, fašírky a iné).



## **Využite polotovarov v kuchyni**

Druhy polotovarov a ich príprava na jedenie: parené buchty, dukátové buchtičky, slivkové knedle a iné.

## **PROCES**

Základné druhy potravín\*) sú uvedené v každom ročníku. Cieľom je, aby sa každý žiak naučil poznať, pomenovať a prakticky vedel pri varení použiť čo najviac druhov potravín. Ktoré druhy potravín si má žiak osvojiť určuje vyučujúci na základe schopností žiaka s AU alebo PVP s MP, a v nadväznosti na ďalší obsah vzdelávania v tomto predmete a ročník (použitie pri príprave studených, varených jedál a iné).

Žiakov naďalej vedieme k dodržiavaniu bezpečnostných pravidiel pri práci v kuchyni s dôrazom na hygienu nielen v pri príprave jedál, ale aj osobnú.

Aj v tomto ročníku sa priebežne venujeme nakupovaniu a skladovaniu potravín.

## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Poznať a dodržiavať bezpečnostné pravidlá pri práci,
- poznať a dodržiavať hygienické zásady pri práci s potravinami,
- vedieť adekvátne používať zariadenie kuchyne,
- vedieť pripraviť vybrané jedlá studenej kuchyne samostatne/s pomocou,
- vedieť pripraviť vybrané jedlá teplej kuchyne samostatne/s pomocou,
- vedieť pripraviť vybrané múčniky a bezmäsité jedlá samostatne/s pomocou,
- vedieť pracovať s kuchárskou knihou samostatne/s pomocou,
- vedieť udržiavať pracovný odev a obuv.

### OBSAH

#### Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci

Dodržiavanie základných predpisov bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v kuchyni. Predchádzanie úrazom. Hygiena pri práci s potravinami. Nosenie pracovného odevu a obuvi pri práci v kuchyni.

#### Základné potraviny\*)

Základné potraviny rastlinného a živočíšneho pôvodu. Základné rozdelenie potravín (pozri 1. ročník) a ich využitie v zdravej výžive a pri príprave jedál.

#### Studená kuchyňa – príprava studených jedál

Studené jedlá, ktorými sa rozumejú jedlá podávané ako napr. studená večera:

- nárez - väčšie porcie rozličných druhov studeného mäsa,
- údeniny- doplnené vždy pikantnou prílohou.

Studené polievky, či už ovocné alebo zeleninové (rajčiaková, uhorková a iné).

#### Teplá kuchyňa - príprava varených jedál

Teplná úprava mäsa – dusenie, opekanie, pečenie, vyprážanie.

*Príprava jednoduchého jedla:* rizoto, pečené kura a iné.

*Jedlá z vajec* – miešané vajcia (praženica), vajcia do skla, chlieb vo vajíčku, omeleta a iné.

Teplná úprava zeleniny – dusenie, varenie, vyprážanie, opekanie. Zelenina a jej význam vo výžive človeka.

*Príprava jednoduchého jedla:* lečo, vyprázaný karfiol, zapekaná brokolica a iné.

Prílohy k jedlám sú základnou súčasťou jedla.

*Príprava jednoduchej prílohy:* ryža, zemiaky, cestoviny.

#### Bezmäsité jedlá

Príprava bezmäsitých jedál (pečenie, zapekanie, dusenie, vyprážanie) zo zemiakov, zeleniny, ryže, cestovín, strukovín, vajec, syrov a tvarohu podľa výberu pedagóga a žiakov.

#### Príprava múčnikov a múčných jedál

Oboznámenie sa s najčastejšie používanými druhmi múky (hladká, polohrubá). Základné dávkovanie. Význam múčnikov vo výžive.

Príprava jednoduchých pečených múčnikov: piškótový koláč, bublanina s ovocím, bábovka, medovníky, slané pečivo a iné.

Príprava jednoduchých nepečených múčnikov: smotanová torta, pudingová torta a iné.

Múčne jedlá: palacinky, halušky a iné.

### **Detská strava**

Výživa a zdravie dieťaťa. Príprava jednoduchých pokrmov pre batol'a: polievky, strúhané jablká, mrkva, krupicová kaša, puding a iné.

## **PROCES**

Základné druhy potravín\*) sú uvedené v každom ročníku. Cieľom je, aby sa každý žiak naučil poznať, pomenovať a prakticky vedel pri varení použiť čo najviac druhov potravín. Ktoré druhy potravín má žiak poznať určuje vyučujúci na základe schopností žiaka s AU alebo PVP s MP, a v nadväznosti na obsah predmetu v 3. ročníku (použitie pri príprave studených, varených a múčnych jedál, múčnikov a iné).

Žiakov vedieme k dodržiavaniu bezpečnostných pravidiel pri práci v kuchyni s dôrazom na hygienu nielen v pri príprave jedál, ale aj osobnú.

Pri príprave jedál používame kuchársku knihu a literatúrou o zdravej výžive (využijeme aj internetové stránky).

**DOMÁCE PRÁCE A ÚDRŽBA DOMÁCNOSTI  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autor**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet domáce práce a údržba domácnosti patrí v rámci štátneho vzdelávacieho programu do vzdelávacej oblasti odborno-praktických predmetov pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiak s AU alebo PVP s MP“) v triede s individuálnym vzdelávacím programom (ďalej len „trieda s IVP“) v praktickej škole.

Predmet nadväzuje na ciele a obsah v predmetu pracovné vyučovanie pre 5. až 9. ročník pre žiakov s AU alebo PVP s MP (ISCED 1- primárne vzdelávanie).

Cieľom predmetu je získať základné vedomosti, zručnosti, návyky a pracovné postupy v oblasti domácich prác a údržby domácnosti. Vedieť uplatniť základné zásady organizácie pracovných postupov, naučiť sa posudzovať zložitosť jednotlivých pracovných úkonov primerane individuálnym schopnostiam žiaka s AU alebo PVP s MP.

Obsah predmetu je zameraný predovšetkým na činnosti, ktoré budú pre žiakov upotrebitel'né v bežnom živote, a majú významnú úlohu z hľadiska úspešného sociálneho začlenenia sa žiaka do spoločnosti, vytvárania sociálneho, pracovného a osobného uplatnenia sa, individuálneho rozvoja jeho osobnosti a z hľadiska vytvárania vzťahov k okolitému životu.

Vzhľadom na to, že mnohí žiaci s AU alebo PVP s MP majú narušenú schopnosť predvídať/uviesť si prípadné nebezpečenstvo, potrebné zaistiť bezpečnosť žiakov potrebnými opatreniami, a tiež nácvikom bezpečných pracovných návykov.

Neustále je potrebné zohľadňovať dosiahnutú aktuálnu úroveň žiaka, aby osvojovanie si nových vedomostí, zručností a návykov bolo prirodzeným pokračovaním výučby. Dôležitá je aj spolupráca s rodičmi, aby všetko to, čo si žiak osvojil v školskom prostredí vedel zžiť aj v reálnom živote.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Poznať a dodržiavať bezpečnosť a ochranu zdravia pri domácich prácach a údržbe domácnosti,
- osvojiť si základné vedomosti a pracovné zručnosti potrebné pri domácich prácach,
- osvojiť si základné vedomosti a pracovné zručnosti potrebné pri údržbe domácnosti,
- vedieť bezpečne pracovať s čistiacimi a dezinfekčnými prostriedkami,
- vedieť organizovať postupnosť prác s pomocou/samostatne,
- rozvíjať schopnosť zmysluplne využívať voľný čas aj pri domácich prácach a „kútilstve“.

## OBSAH

### Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci

Oboznámenie žiakov so základnými zásadami bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v domácnosti. Predchádzanie úrazom. Používanie pracovného odevu a dodržiavanie osobnej hygieny pri práci.

### Životné prostredie podľa činnosti človeka

Rozlišovanie životného prostredia podľa činnosti človeka:

- pracovné prostredie je určené a využívané na prácu.
- obytné prostredie je určené a využívané na bývanie.
- rekreačné prostredie je určené a využívané na rekreáciu vo všetkých formách.

### Obytné prostredie

Rodinný byt, dom (v meste, na vidieku).

Vnútorne riešenie bytu/domu, rozdiely. Priestorová orientácia v byte/dome, poznanie využitia jednotlivých miestností, popísanie na základe názoru, modelu domu, vnútorného zariadenia. Zariadenie jednotlivých miestností a ich využitie (kúpeľňa, obývačka a iné).

Technické vybavenie domácnosti.

Hygiena bývania.

Povinnosti vlastníka bytu/rodinného domu (dane, poplatky, zabezpečenie pred požiarom, únikom vody a iné).

### Byt a jeho údržba

Udržiavanie čistoty a poriadku v byte/dome.

Upratovanie podľa frekvencie a rozsahu prác – denné, týždenné, sezónne (podľa ročných období), na sviatky, po určitých prácach ako je maľovanie a iné.

Narábanie s čistiacimi pomôckami a prostriedkami.

Nábytok, obrazy, dvere a iné – utieranie prachu, umývanie, leštenie, natieranie.

Bytový textil (deky, prikrývky, podušky, koberce) – prášenie, pranie, vysávanie.

Podlahy – umývanie, leštenie, vysávanie, utieranie prachu, zametanie.

Schody – umývanie, zametanie.

Čistenie a dezinfekcia kúpeľne a toalety.

Kuchyňa – umývanie a utieranie riadu, kuchynskej linky, kuchynských spotrebičov.

Kúpeľňa a toaleta – čistenie a dezinfekcia

### **Údržba čistiacich pomôcok**

Prášenie a pranie prachovky, handry, mopu a iných pomôcok na čistenie.  
Pravidelné čistenie vysávača, metly, tepovača a iných pomôcok.

### **Používanie čistiacich prostriedkov**

Oboznámenie sa čistiacimi prostriedkami. Oboznámenie sa s dezinfekčnými prostriedkami a ich používaním.

Poznať účinky čistiacich a dezinfekčných prostriedkov.

Používanie a bezpečné manipulovanie s čistiacimi a dezinfekčnými prostriedkami.

### **PROCES**

Žiaci by mali nadobudnúť také zručnosti a návyky, ktoré prispievajú k ich väčšej samostatnosti v oblasti domácich prác (samostatné upratovanie domácnosti a aj prostredia v ktorom žijú, udržiavanie poriadku, samostatné/s pomocou pranie a žehlenie, prišívanie gombíkov, jednoduché opravy odevov, nakupovanie a iné).

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Poznať a dodržiavať bezpečnosť a ochranu zdravia pri domácich prácach a údržbe domácnosti,
- osvojiť si základné vedomosti a pracovné zručnosti potrebné pri domácich prácach,
- osvojiť si základné vedomosti a pracovné zručnosti potrebné pri údržbe domácnosti,
- rozlišovať rôzne textilné materiály, poznať ich vlastnosti, rozširovať a prehľbovať si základné manuálne zručnosti pri práci s nimi,
- vedieť bezpečne pracovať s čistiacimi a dezinfekčnými prostriedkami,
- vedieť organizovať postupnosť prác s pomocou/samostatne,
- rozvíjať schopnosť zmysluplne využívať voľný čas aj pri domácich prácach,
- zdokonaľovať a rozširovať techniky šitia a ručných prác potrebných pri údržbe bytových textílií.

### OBSAH

#### **Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci s čistiacimi prostriedkami.**

Dodržiavanie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v domácnosti a jej údržbe. Predchádzanie úrazom. Používanie pracovného odevu a dodržiavanie osobnej hygieny pri práci.

#### **Údržba bytového textilu**

Základné vybavenie domácnosti bytovým textilom, bielizňou. Oboznámenie sa, rozlišovanie bytových textílií a ich využitie podľa vnútorného zariadenia bytu/domu.

Kuchyňa – utierky, chňapka, obrus, zástera.

Kúpeľňa – uteráky, osušky, župan.

Spálňa – matracové chrániče, posteľná bielizeň, prikrývky, plachty, vankúše, prikrývky.

Jedáleň – obrusy, závesy, záclony.

Obývacía izba – závesy, záclony, ozdobné prikrývky, dečky a iné.

Detská izba – posteľná bielizeň a iné.

Prášenie, vetranie – prikrývky, plachty, vankúše, prikrývky

Pranie, sušenie, žehlenie (ručné, práčka) – delenie tkanín podľa vlastností (vlna, bavlna, farba a iné), prispôsobenie teploty vody, dĺžky prania, odstred'ovania. Použitie vhodného pracieho prostriedku. Ručné pranie – postup. Vešanie odevov, bielizne, sušenie. Žehlenie bielizne a odevov. Žehliace potreby a pomôcky.

Čistenie/tepovanie čalúneného nábytku, kobercov.

Drobné opravy bielizne – zašívanie, prišívanie záplat, našívanie aplikácií a iné.

#### **Údržba a oprava odevov**

Denná údržba odevov – kefovanie, prášenie, vetranie a chemické čistenie.

Ukladanie odevov do skrine a priestorov na to určených (šatník). Odkladanie sezónnych odevov do určených úložných priestorov.

Oboznámenie sa so symbolikou označujúcou spôsoby čistenia odevov.

Čistiace prostriedky na odevy, ich praktické a bezpečné použitie (odstraňovanie škvŕn).



## **Finančné hospodárenie v domácnosti**

Finančné hospodárenie v domácnosti – rozpočet rodiny, jedinca, jeho optimálne využitie.

Vedenie „domáceho“ účtovníctva – evidencia príjmov a výdavkov.

Sporožirový účet, sporenie, pôžičky a iné.

## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Dodržiavať bezpečnosť a ochranu zdravia pri domácich prácach a údržbe domácnosti,
- osvojiť si a vedieť použiť získané vedomosti a pracovné zručnosti potrebné pri domácich prácach,
- osvojiť si a vedieť použiť získané vedomosti a pracovné zručnosti potrebné pri údržbe domácnosti,
- rozlišovať rôzne materiály, poznať ich vlastnosti, rozširovať a prehĺbovať si základné manuálne zručnosti pri práci s nimi,
- vedieť bezpečne pracovať s čistiacimi a dezinfekčnými prostriedkami,
- vedieť organizovať postupnosť prác s pomocou/samostatne,
- rozvíjať schopnosť zmysluplne využívať voľný čas aj pri údržbe domácnosti,
- dosiahnuť stereotyp pri pracovných činnostiach v domácnosti.

### OBSAH

#### **Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci s čistiacimi prostriedkami.**

Dodržiavanie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v domácnosti a jej údržbe. Predchádzanie úrazom. Používanie pracovného odevu a dodržiavanie osobnej hygieny pri práci.

#### **Pracovné nástroje na údržbu domácnosti**

Základné vybavenie (domácej dielničky, kútika, kufríka) pri domácej údržbe. Základné rozdelenie pracovných nástrojov, manipulácia s nimi. Organizácia pracovného priestoru.

Nástroje a náradie údržbárskej dielne.

Vybavenie domácnosti technikou a jej údržba.

#### **Technická údržba bytu**

Tiesňové linky – hasiči (150), polícia (158).

Poznať umiestnenie zdroja vody, elektriny.

Bezpečné vypnutie, zapnutie s pomocou/samostatne.

Regulácia kúrenia v dome.

Tesnenie okien, dverí a ich oprava, údržba. Rozoberanie a čistenie okien, dverí.

Údržba zámkov kľučiek, pántov dverí, okien - mazanie.

Regulácia kúrenia, vetranie.

Údržba stien - odstraňovanie starých náterov, plesní na stenách, maľovanie, tapetovanie.

Natieranie farbou okenných rámov, dverí, nábytku a iné.

#### **Technická údržba rodinného domu a okolia**

Poznať umiestnenie hlavného uzáveru vody, elektrickej rozvodnej skrinky - ističe (hodín) – bezpečné vypnutie, zapnutie s pomocou/samostatne.

Výmena žiaroviek. Obsluha plynového sporáka, elektrického variča.

Regulácia kúrenia v byte/dome.

Údržba okolia domu – zametanie, oprava výtlkov na chodníku, cestičke a pod.

### **Drobné opravy nemotorových vozidiel**

Bicykel, kolobežka, dvojkolesová ručná kárika a iné – čistenie, mazanie, hustenie pneumatík, upevňovanie skrutiek a pod. Pravidelná údržba – bezpečnosť pri používaní nemotorových vozidiel.

### **Hospodárenie v domácnosti**

Hospodárenie s financiami v domácnosti - rozpočet rodiny, jedinca, jeho optimálne využitie.

Vedenie „domáceho“ účtovníctva“ - evidencia príjmov a výdavkov.

Sporožirový účet, sporenie, pôžičky a iné.

Hospodárne zaobchádzanie s elektrickou energiou, vodou – šetrenie rodinného rozpočtu.

**POMOCNÉ PRÁCE S KANCELÁRSKOU TECHNIKOU  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autori**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

**PhDr. Marianna Takáčová**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet pomocné práce s kancelárskou technikou patrí v rámci štátneho vzdelávacieho programu do vzdelávacej oblasti profilujúcich predmetov (voliteľných) pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiak s AU alebo PVP s MP“) v triede s individuálnym vzdelávacím programom (ďalej len „trieda s IVP“) v praktickej škole.

Predmet nadväzuje na ciele a obsah vzdelávania predmetu Informatická výchova pre 7. až 9. ročník pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ISCED 1- primárne vzdelávanie).

Cieľom predmetu je, aby žiaci získali primerane vedomosti a základné zručnosti v používaní kancelárskej techniky, primerane individuálnym schopnostiam žiaka s AU alebo PVP s MP.

Obsah predmetu je zameraný na získanie poznatkov, vedomostí a zručností pri práci s kancelárskou technikou (s počítačom, tlačiarňou, fotoaparátom, skenerom, skartovacím strojom, diktafónom, telefónom, faxom a kalkulačkou) nielen na pracovisku ale aj v bežnom živote.

Obsah vzdelávania predmetu predpokladá sa, že žiaci AU alebo PVP s MP na porovnateľnej mentálnej úrovni môžu disponovať diametrálne rozličnými schopnosťami a zručnosťami v oblasti práce s počítačom. Vyučujúci predmetu pri vypracovávaní IVP musí vychádzať z aktuálnych schopností a zručností žiaka v tejto oblasti, a podľa toho so žiakom individuálne postupovať.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Poznať druhy kancelárskej techniky a je využitie pre plynulý chod každej kancelárie,
- zapnúť a vypnúť počítač s pomocou/samostatne,
- pracovať s myšou s pomocou/samostatne,
- pracovať s klávesnicou s pomocou/samostatne,
- správnym spôsobom uchopiť a spustiť CD, DVD s pomocou/samostatne,
- minimalizovať a maximalizovať pracovné okno s pomocou/samostatne,
- zatvoriť pracovné okno s pomocou/samostatne,
- pracovať s jednoduchými hrami ovládateľnými myšou a klávesnicou s pomocou/samostatne,
- spustiť CD, DVD cez tento počítač s pomocou/samostatne,
- používať jednoduché zásady písania e-mailov,
- e-maily posielat' a prijat' s pomocou/samostatne,
- rozpoznať vhodné webové stránky pre žiakov – vzdelávacie, zábavné, náučné,
- oboznámiť žiakov s negatívnym vplyvom stránok propagujúcich násilie a s erotickým zameraním,
- získať základy algoritmického myslenia – príkazy v priamom režime,
- pracovať so slúchadlami – zapojenie, hlasitosť s pomocou/samostatne,
- ovládať zásady správneho sedenia pri počítači,
- poznať funkciu tlačiarne,
- vedieť obsluhovať tlačiareň s pomocou/samostatne,
- vedieť používať telefón s pomocou/samostatne,
- osvojiť si efektívne využitie telefónu (pevnej linky a mobilu),
- poznať funkcie faxu,
- vedieť obsluhovať fax s pomocou/samostatne,
- vedieť prakticky použiť kalkulačku s pomocou/samostatne.

## OBSAH

### ÚVOD DO PREDMETU

Oboznámenie žiakov s obsahom predmetu. Informatívne oboznámenie s druhmi a praktickým využitím kancelárskej techniky: počítač, tlačiareň (notebook), telefón, fax, kalkulačka, skener, skartovací stroj, diktafón.

### POČÍTAČ A TLAČIAREŇ

Základné časti z ktorých sa skladá počítačová zostava (PC, monitor, klávesnica, myš).

Ovládanie klávesnice, myši.

Práca s textovým editorom, vytváranie jednoduchého textu, mazanie, ukladanie dokumentu.

Ukladanie rôznych informácií do súborov (text).

Jednoduché nástroje na úpravu textových dokumentov (zmena veľkosti písma, hrúbka).

Dodržiavanie základných zásad písania textu.

Oboznámenie sa s pojmami – e-mail, e-mailová adresa.

Správne posielanie a prijímanie jednoduchých listov (rodičom, kamarátom, spolužiakom).

Bezpečné a etické správanie v e-mailovej komunikácii (ochrana osobných údajov).

E-mailové adresy rodičov, spolužakov, kamarátov (zistenie adresy, využitie adresára),

Oboznámenie sa s pojmami – www, webový prehliadač, webová stránka.

Bezpečnosť, zásady správania sa v prostredí internetu.  
Webové stránky pre mládež (programy kín, cestovný poriadok, ).

Funkcie vybraných klávesov.

Funkcia tlačiarne.

Spúšťanie hry a hudby z CD, ovládanie jednoduchých hier.

Uloženie informácií do súboru, otvorenie.

Edukačné programy, komunikácia. Objavovanie a využívanie rôznych typov edukačných programov pre rôzne predmety.

Efektívne využívanie voľného času pri PC - počítačové hry, hudba, filmy.

## **TELEFÓN**

Pevná linka, mobilný telefón.

Časti telefónu - dotykové ovládanie, displej, ukladanie kontaktov.

Obsluha a efektívne využívanie telefónu pri práci v kancelárii.

## **FAX**

Oboznámenie sa s významom faxu pri práci v kancelárii. Obsluha faxu.

## **KALKULAČKA**

Práca s kalkulačkou.

## **PROCES**

Pri osvojovaní si učiva zameraného na prácu s kancelárskou technikou je nevyhnutné, aby žiaci mali prístup ku skutočným prístrojom, vyskúšali si ich obsluhu v reálnych podmienkach.

V rámci predmetu je potrebné zaoberať sa aj etickými a spoločenskými aspektmi komunikačných technológií a ďalšej kancelárskej techniky.

Žiakov oboznamujeme využitím kancelárskej techniky (počítač, diktafón a iné) aj v bežnom živote. Žiaci však musia postupne pochopiť, že jej používanie si vyžaduje kritický a zvažujúci postoj.

Žiakov s AU alebo PVP s MP, podľa ich možností a schopností, vedieme k zodpovednému používaniu interaktívnych médií - internet, telefón, fax.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Zapnúť a vypnúť počítač s pomocou/samostatne,
- pracovať s myšou s pomocou/samostatne,
- pracovať s klávesnicou s pomocou/samostatne,
- správnym spôsobom uchopiť a spustiť CD, DVD s pomocou/samostatne,
- minimalizovať a maximalizovať pracovné okno s pomocou/samostatne,
- zatvoriť pracovné okno s pomocou/samostatne,
- spustiť CD, DVD cez tento počítač s pomocou/samostatne,
- fotiť digitálnym fotoaparátom a fotku uložiť do priečinku s pomocou/samostatne,
- používať jednoduché zásady písania e-mailov,
- e-maily posielat' a prijat' s pomocou/samostatne,
- rozpoznať vhodné webové stránky pre deti – vzdelávacie, zábavné, náučné,
- oboznámiť žiakov s negatívnym vplyvom stránok propagujúcich násilie a s erotickým zameraním,
- spustiť hru z internetu s pomocou/samostatne,
- napísať, prepísať jednoduchý text s pomocou/samostatne,
- text uložiť a otvoriť s pomocou/samostatne,
- upravovať text – kopírovanie, mazanie s pomocou/samostatne,
- správne písanie klávesnicou – medzera, malé/veľké písmená, interpunkčné znamienka s pomocou/samostatne,
- získať základy algoritmického myslenia – príkazy v priamom režime,
- pracovať so slúchadlami – zapojenie, hlasitosť s pomocou/samostatne,
- ovládať zásady správneho sedenia pri počítači,
- vedieť obsluhovať tlačiareň s pomocou/samostatne,
- vedieť používať telefón s pomocou/samostatne,
- vedieť obsluhovať fax s pomocou/samostatne,
- vedieť prakticky použiť kalkulačku s pomocou/samostatne,
- poznať funkcie skenera,
- vedieť obsluhovať skener s pomocou/samostatne,
- poznať funkcie skartovacieho stroja,
- vedieť obsluhovať skartovací stroj s pomocou/samostatne.

### OBSAH

#### POČÍTAČ A TLAČIAREŇ

Opakovanie zamerané na základné časti, z ktorých sa skladá počítačová zostava (PC, monitor, klávesnica, myš). Notebook.

Ovládanie klávesnice, myši.

Práca s textovým editorom, vytváranie jednoduchého textu, mazanie, ukladanie dokumentu.

Ukladanie rôznych informácií do súborov (text).

Jednoduché nástroje na úpravu textových dokumentov (zmena veľkosti písma, hrúbka).

Dodržiavanie základných zásad písania textu.

Počítačové didaktické hry.

Utvrdenie pojmov – e-mail, e-mailová adresa.

Správne posielanie a prijímanie listov.

Bezpečné a etické správanie v e-mailovej komunikácii. Ochrana osobných údajov.

E-mailové adresy rodičov a kamarátov (zistenie adresy, využitie adresára),



Utvrdenie pojmov – www, webový prehliadač, webová stránka.

Bezpečnosť, zásady správania sa v prostredí internetu.

Webové stránky pre deti (rozprávky, obrázky), on-line hry.

Robotická stavebnica. Skladanie podľa stavebnice.

Riešenie jednoduchých algoritmov v detskom programovacom prostredí (kreslenie obrázkov).

Funkcie vybraných klávesov.

Funkcia tlačiarne. Práca s tlačiarňou. Tlačenie textov.

CD, digitálny fotoaparát

Spúšťanie hry a hudby z CD, ovládanie jednoduchých hier.

Základy ovládania digitálneho fotoaparátu, presun fotografie z fotoaparátu do počítača.

Uloženie informácií do súboru, otvorenie.

Edukačné programy, komunikácia. - objavovanie a využívanie rôznych typov edukačných programov pre rôzne predmety.

Počítačové hry, hudba, filmy.

## **TELEFÓN**

Pevná linka, mobilný telefón.

Obsluha a využívanie telefónu pri práci v kancelárii.

Úsporne a efektívne využitie pevnej linky a mobilu.

## **FAX**

Obsluha faxu.

## **KALKULAČKA**

Práca s kalkulačkou.

## **SKENER**

Oboznámenie sa s funkciami skenera a jeho obsluha.

## **SKARTOVACÍ STROJ**

Oboznámenie sa s funkciou skartovacieho stroja.

## **PROCES**

Pri osvojovaní si učiva zameraného na prácu s kancelárskou technikou je nevyhnutné, aby žiaci mali prístup ku skutočným prístrojom, vyskúšali si ich obsluhu v reálnych podmienkach.

V rámci predmetu je potrebné zaoberať sa aj etickými a spoločenskými aspektmi komunikačných technológií a ďalšej kancelárskej techniky. Žiaci by sa mali oboznámiť s ich využitím aj v bežnom živote, pochopiť, že ich používanie si vyžaduje kritický a zvažujúci postoj. Je potrebné viesť žiakov s AU alebo PVP s MP, podľa ich možností a schopností, k zodpovednému používaniu interaktívnych médií - internet, telefón, fax, diktafón – rozumieť rizikám, ktoré sa tu nachádzajú.

### 3. ROČNÍK

#### CIELE

- Zapnúť a vypnúť počítač s pomocou/samostatne,
- pracovať s myšou s pomocou/samostatne,
- pracovať s klávesnicou s pomocou/samostatne,
- minimalizovať a maximalizovať pracovné okno s pomocou/samostatne,
- zatvoriť pracovné okno s pomocou/samostatne,
- pracovať s jednoduchými hrami ovládateľnými myšou a klávesnicou s pomocou/samostatne,
- spustiť CD, DVD cez počítač,
- digitálnym fotoaparátom odfotiť spolužiaka a fotku uložiť za pomoci učiteľa do priečinku,
- fotografiu vytlačiť na tlačiarni s pomocou/samostatne,
- s pomocou pracovať s jednotlivými nástrojmi v grafickom editore – nakresliť obrázok, obrázok uložiť a otvoriť,
- orientovať sa v jednoduchých hrách na internete s pomocou/samostatne,
- pracovať s USB kľúčom s pomocou/samostatne – kopírovať dokument,
- používať jednoduché zásady písania e-mailov,
- e-maily posielat' a prijat' s pomocou/samostatne,
- rozpoznať vhodné webové stránky pre mládež – vzdelávacie, zábavné, náučné,
- oboznámiť žiakov s negatívnym vplyvom stránok propagujúcich násilie a s erotickým zameraním,
- napísať v správnom tvare internetovú adresu webovej stránky s pomocou/samostatne,
- získať základy algoritmického myslenia – príkazy v priamom režime,
- napísať, prepísať jednoduchý text s pomocou/samostatne,
- text uložiť a otvoriť s pomocou/samostatne,
- upravovať text – kopírovanie, mazanie, presúvanie s pomocou/samostatne,
- správne písanie klávesnicou – medzera, malé/veľké písmená, interpunkčné znamienka s pomocou/samostatne,
- pracovať so slúchadlami – zapojenie, hlasitosť s pomocou/samostatne,
- zvuk nahrat' prostredníctvom mikrofónu s pomocou/samostatne,
- dokončiť začatú prácu,
- ovládať zásady správneho sedenia pri počítači,
- vedieť obsluhovať tlačiareň s pomocou/samostatne,
- vedieť používať telefón s pomocou/samostatne,
- vedieť obsluhovať fax s pomocou/samostatne,
- vedieť prakticky použiť kalkulačku s pomocou/samostatne,
- vedieť obsluhovať skener s pomocou/samostatne,
- vedieť obsluhovať skartovací stroj s pomocou/samostatne,
- poznať funkcie diktafónu,
- vedieť obsluhovať diktafón.

#### OBSAH

##### POČÍTAČ A TLAČIAREŇ

Opakovanie zamerané na základné časti, z ktorých sa skladá počítačová zostava (PC, monitor, klávesnica, myš). Notebook.

Práca s textovým editorom, vytváranie jednoduchého textu, mazanie, ukladanie dokumentu.

Ukladanie rôznych informácií do súborov (text).  
Jednoduché nástroje na úpravu textových dokumentov.  
Dodržiavanie základných zásad písania textu.  
Počítačové didaktické hry.

Pojmy – e-mail, e-mailová adresa.  
Správne posielanie a prijímanie jednoduchých listov (rodičom, kamarátom, spolužiakom).  
Bezpečné a etické správanie v e-mailovej komunikácii (ochrana osobných údajov).  
E-mailové adresy (zistenie adresy, využitie adresára),

www, webový prehliadač, webová stránka.  
Bezpečnosť, zásady správania sa v prostredí internetu.  
Webové stránky pre mládež.  
On-line hry.

Jednoduchý programovací jazyk, elementárne príkazy.  
Riešenie jednoduchých algoritmov v jednoduchom programovacom prostredí, napr. kreslenie obrázkov.

Funkcie vybraných klávesov.

Funkcia tlačiarne. Práca s tlačiarňou.

Spúšťanie hry a hudby z CD a internetu, ovládanie jednoduchých hier.  
Ovládanie digitálneho fotoaparátu, presun fotografie z fotoaparátu do počítača.  
Ukladanie na USB kľúč.

Uloženie informácií do súboru, otvorenie, premenovanie, zrušenie.  
Vytváranie a pomenovanie priečinkov, ukladanie do priečinkov.

Edukačné programy, komunikácia. - objavovanie a využívanie rôznych typov edukačných programov pre rôzne predmety.

Počítačové hry, hudba, filmy.  
Bezpečnosť počítača, správne používanie hesiel.

## **TELEFÓN**

Obsluha a využívanie telefónu v kancelárskom prostredí.

## **FAX**

Obsluha faxu.

## **KALKULAČKA**

Práca s kalkulačkou.

## **SKENER**

Obsluha skenera.

## **SKARTOVACÍ STROJ**

Obsluha skartovacieho stroja.

## **DIKTAFÓN**

Oboznámenie sa s funkciami diktafónu a jeho obsluha.

## **PROCES**

Pri osvojovaní si učiva zameraného na prácu s kancelárskou technikou je nevyhnutné, aby žiaci mali prístup ku skutočným prístrojom, vyskúšali si ich obsluhu v reálnych podmienkach.

V rámci predmetu je potrebné zaoberať sa aj etickými a spoločenskými aspektmi komunikačných technológií. Žiaci by sa mali oboznámiť s ukázkami využitia informačných komunikačných technológií aj v bežnom živote, pochopiť, že ich používanie si vyžaduje kritický a zvažujúci postoj k dostupným informáciám. Je potrebné viesť žiakov s AU alebo PVP s MP podľa ich možností a schopností k zodpovednému používaniu interaktívnych médií – internet, telefón, fax.

**POMOCNÉ ZÁHRADNÍCKE PRÁCE  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autori**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

**Ing. Daniela Hájková**

**Mgr. Eva Žigová**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet pomocné záhradnícke práce patrí v rámci štátneho vzdelávacieho programu do vzdelávacej oblasti profilujúcich predmetov pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiak s AU alebo PVP s MP“) v triede s individuálnym vzdelávacím programom (ďalej len IVP) v praktickej škole, ktoré sú voliteľné.

Predmet nadväzuje na ciele a obsah predmetu pracovné vyučovanie pre 5. až 9. ročník pre žiakov s AU alebo PVP s MP (ISCED 1– primárne vzdelávanie).

Cieľom predmetu je, aby si žiaci s AU alebo PVP s MP osvojili základné pracovné zručnosti potrebné na vykonávanie pomocných prác v záhradníctve a vedeli ich využiť aj v bežnom živote.

Obsah predmetu je zameraný na úžitkové a okrasné záhradníctvo. Výber druhov rastlín je v kompetencii pedagóga, v závislosti od potrieb a možností žiaka, podmienok školy a regiónu. Všetky činnosti žiaci vykonávajú pod dohľadom pedagóga.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Dodržiavať bezpečnosť pri záhradníckych prácach,
- vedieť pomenovať a použiť potrebné záhradnícke náradie,
- poznať vegetačné a klimatické činitele,
- poznať zameranie úžitkového záhradníctva,
- poznať zameranie okrasného záhradníctva,
- vedieť dopestovať priesady okrasných rastlín,
- vedieť dopestovať priesady zeleniny,
- osvojiť si základné pravidlá aranžovania kvetov,
- naučiť sa viazať kytice,
- poznať požiadavky na pestovanie izbových rastlín,
- vedieť vymenovať príklady rozmnožovania izbových rastlín.

## OBSAH

### Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci

Oboznámenie žiakov so základnými predpismi bezpečnosti a ochrany zdravia pri záhradníckych prácach. Predchádzanie úrazom. Hygiena pri práci. Pracovný odev.

### Záhradnícke náradie

Najčastejšie používané záhradné náradie.

Ručné záhradnícke náradie – nožnice, pílkys, hrable, motyky, lopaty, záhradný rýľ, drobné záhradnícke náradie, záhradné plastové vozíky, záhradné fúriky – poznať, pomenovať, vedieť použiť. Práca s náradím a pomôckami, odkladanie náradia a pomôcok, ošetrovanie a údržba náradia a pomôcok.

### Vegetačné a klimatické činitele pestovania rastlín

Pôda ako rozhodujúci činiteľ pre pestovanie rastlín. Význam pôdy pre rastliny. Druhy pôdy. Obrábanie pôdy.

Význam vody, vzduchu, tepla, svetla pre rastliny.

Voda – spôsoby polievania, závlahy.

Výživa rastlín – živiny, hnojivá.

Ošetrovanie rastlín počas vegetácie – zavlažovanie, kyprenie, vyplievanie, rosenie, presádzanie, hnojenie rastlín.

### Záhradníctvo a odvetvia záhradníctva

Oboznámenie žiakov s obsahom predmetu a jeho významom. Význam pestovania rastlín pre človeka.

Záhradníctvo – odvetvie poľnohospodárskej výroby zamerané na pestovanie ovocia, zeleniny a okrasných drevín, najmä kvetín.

Odvetvia záhradníctva:

- úžitkové záhradníctvo: zeleninárstvo, ovocinárstvo, vinohradníctvo.
- okrasné záhradníctvo: kvetinárstvo, sadovníctvo, arboristika.

## **ÚŽITKOVÉ ZÁHRADNÍCTVO**

### **ZELENINÁRSTVO**

#### **Založenie zeleninového záhonu**

Pestovanie zeleniny a okopanín.

Príprava pôdy, záhonov na siate, sadenie.

Presádzanie rastlín zo zakoreňovačov na pripravený záhon.

Siate.

Starostlivosť o záhony (zavlažovanie, okopávanie a iné) počas vegetácie.

Ochrana pred škodcami a burinami.

Zber, spracovanie, uskladnenie úrody.

Úprava pôdy po zbere.

## **OKRASNÉ ZÁHRADNÍCTVO**

### **KVETINÁRSTVO**

Je odvetvie záhradníctva, ktoré sa venuje pestovaniu kvetín a iných rastlín pre výzdobu.

#### **Pestovanie izbových kvetín**

Pestovanie a priebežné ošetrovanie rastlín.

Presádzanie izbových rastlín – zásady a osvojenie si postupu.

Hydroponické pestovanie rastlín – zásady, postup pestovania.

Osvojovanie si ďalších spôsobov vegetatívneho rozmnožovania rastlín.

Vytváranie prostredia potrebného na pestovanie kvetín v interiéri a pre interiér ako dekoráciu.

Aranžovanie rastlín.

Pestovanie kvetín v domácnosti.

#### **Pestovanie kvetín na záhone**

Založenie kvetinového záhonu.

Príprava pôdy

Presádzanie rastlín zo zakoreňovačov na pripravený záhon.

Ošetrovanie rastlín počas vegetácie.

#### **Pestovanie kvetín v skleníku**

Príprava pôdy.

Výsev semien.

Pikírovanie - nácvik pikírovacej techniky z debničiek do zakoreňovačov pomocou pikírovacieho kolíka

Ošetrovanie rastlín počas vegetácie.

Rozlišovanie kvetín hmatom, čuchom, zrakom a pomenovať tie s ktorými prichádza žiak najčastejšie do kontaktu.

Sušenie kvetín a ich využitie.

Viazanie a aranžovanie kvetín.

## **EXKURZIE**

Exkurzia do predajne so záhradníckymi potrebami.

Exkurzia do kvetinárstva, skleníkov.



## **PROCES**

Dôležité je prepojenie teoretických vedomostí s praxou, a praktickým využitím získaných zručností v rôznych reálnych situáciách, nielen modelovo v škole, ale aj na inom pracovisku. Exkurzie je potrebné zamerať nielen na predajne napr. záhradníckych potrieb, ale aj na pracoviská (skleníky, lesné a okrasné škôlky) v rámci možností školy a regiónu.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Dodržiavať bezpečnosť pri záhradníckych prácach,
- vedieť pomenovať a použiť potrebné záhradnícke náradie,
- vedieť dopestovať priesady okrasných rastlín,
- vedieť dopestovať priesady zeleniny,
- poznať škodlivosť burín,
- vedieť ochrániť rastliny pred škodcami a burinami,

### OBSAH

#### Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci

Dodržiavanie bezpečnosti a ochrany zdravia pri záhradníckych prácach. Predchádzanie úrazom. Hygiena pri práci. Používanie a udržiavanie pracovného odevu.

Dodržiavanie zásad bezpečnosti práce s hnojivami, postrekmi, pôsobenie na ľudský organizmus, ochranné pomôcky, poskytnutie prvej pomoci pri havárii s hnojivami.

#### Záhradnícke náradie

Ručné záhradnícke náradie – nožnice, píly, hrable, motyky, lopaty, záhradný rýľ, drobné záhradnícke náradie, záhradné plastové vozíky, záhradné fúriky – poznať, pomenovať, vedieť použiť. Práca s náradím a pomôckami, odkladanie náradia a pomôcok, ošetrovanie a údržba náradia a pomôcok.

### ÚŽITKOVÉ ZÁHRADNÍCTVO

#### ZELENINÁRSTVO

##### Pestovanie zeleniny vo fóliovníku, skleníku, parenisku

Charakteristika skleníka, fóliovníka a pareniska.

Dopestovanie priesad zeleniny – šalát, kaleráby, paprika, paradajky a iné.

Príprava pôdy na sadenie.

Vysádzanie priesad.

Špecifiká pestovania jednotlivých druhov zeleniny

Ošetrovanie zeleniny v priebehu vegetácie

Ochrana zeleniny pred škodcami a burinami v priebehu vegetácie. Poznávanie burín, ich škodlivosť a význam vyplievania burín a okopávanie

Zber a uskladnenie úrody.

Úprava pôdy po zbere.

#### EXKURZIE

Exkurzie do záhradníctva.

## 3. ROČNÍK

### CIELE

- Dodržiavať bezpečnosť pri záhradníckych prácach,
- vedieť použiť potrebné záhradnícke náradie,
- poznať základy technológie pestovania rastlín,
- vedieť dopestovať priesady okrasných rastlín,
- vedieť dopestovať okrasné rastliny,
- vedieť ošetrovať trávnik s pomocou/samostatne,
- vedieť ošetrovať rastliny počas vegetácie.

### OBSAH

#### Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci

Dodržiavanie bezpečnosti a ochrany zdravia pri záhradníckych prácach.

Predchádzanie úrazom. Používanie a udržiavanie pracovného odevu.

Hygiena pri práci.

Dodržiavanie zásad bezpečnosti práce s hnojivami, postrekmi, pôsobenie na ľudský organizmus, ochranné pomôcky, poskytnutie prvej pomoci pri havárii s hnojivami.

#### Technológia pestovania rastlín

Opakovanie učiva zameriame na tie zásady a postupy, ktoré sú pre žiaka najviac využiteľné podľa podmienok školy, regiónu.

Príprava pôdy – kyprenie, rýľovanie, okopávanie, hrabanie, urovnávanie, orba, bránenie, valcovanie.

Príprava pôdy na sadenie rastlín. Príprava pôdneho substrátu pre kvetiny.

Sejba a sadenie - osivo a sadba.

Príprava sadeníc, ich pestovanie a presádzanie.

Ošetrovanie rastlín v období vegetácie.

Okopávanie, pletie, polievanie. Výživa rastlín - hnojenie, postrekovanie.

Zber poľnohospodárskych rastlín - spôsoby zberu.

Uskladnenie plodov po zbere a spôsoby uchovávanie rastlín.

### OKRASNÉ ZÁHRADNÍCTVO

#### SADOVNÍCTVO

##### Dreviny

Pestovanie vonkajších okrasných rastlín.

Dopostovanie priesad okrasných rastlín (trvalky).

Sadenie, presádzanie, ošetrovanie, polievanie, kyprenie.

##### Trávniky

Úprava trávniku – kosenie, hrabanie, zavlažovanie.

#### ARBORISTIKA

Komplexná starostlivosť o stromy – ošetrovanie stromov, výsadba, rez stromov – informatívne, podľa možností a školy.

## **ÚŽITKOVÉ ZÁHRADNÍCTVO**

### **OVOCINÁRSTVO**

Pestovanie jednotlivých druhov ovocných rastlín podľa možnosti školy.

Triedenie ovocných rastlín – ovocné stromy, kry, byliny.

Pestovanie drobného ovocia (maliny, egreše, a iné).

Zber a skladovanie ovocia.

### **VINOHRADNÍCTVO\*)**

Pestovanie viniča. Vinič hroznorodý ľudovo vinná réva je lianovitá rastlina určená na produkciu hrozna. Plodmi sú bobule s vysokým obsahom cukru (25%) konzumované ako stolové hrozno alebo spracúvané na víno, iné alkoholické a nealkoholické nápoje.

Hrozno ako súčasť zdravej výživy.

Informatívne oboznámenie žiakov so sezónnymi prácami – okopávanie, plenie zálistkov, strihanie, viazanie, striekanie, zber a spracovanie úrody - vhodné je využitie filmové spracovanie prác.

### **EXKURZIE**

Podľa výberu vyučujúceho na základe možností regiónu a schopností a záujmu žiakov.

### **PROCES**

VINOHRADNÍCTVO\*) preberať iba informatívne, podľa možnosti regiónu, ale predovšetkým možností a schopností žiaka s AU alebo PVP s MP.

**POMOCNÉ PRÁCE V KUCHYNI  
PRE 1. AŽ 3. ROČNÍK  
PRE ŽIAKOV S AUTIZMOM ALEBO ĎALŠÍMI PERVAZÍVNÝMI  
VÝVINOVÝMI PORUCHAMI S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM  
V TRIEDE S INDIVIDUÁLNYM VZDELÁVACÍM PROGRAMOM  
V PRAKTICKEJ ŠKOLE**

**Autori**

**Mgr. Soňa Babincová**

**Mgr. Eva Bušíková**

**Mgr. Andrea Hrdá**

**PhDr. Marianna Takáčová**

**PaedDr. Katarína Vladová, Ph.D.**

## CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet pomocné práce v kuchyni patrí v rámci štátneho vzdelávacieho programu do vzdelávacej oblasti profilujúcich predmetov pre žiakov s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami s mentálnym postihnutím (ďalej aj „žiak s AU alebo PVP s MP“) v triede s individuálnym vzdelávacím programom (ďalej len „trieda s IVP“) v praktickej škole, ktoré sú voliteľné.

Predmet nadväzuje na ciele a obsah predmetu pracovné vyučovanie pre 5. až 9. ročník pre žiakov s AU alebo PVP s MP (ISCED 1- primárne vzdelávanie).

Cieľom predmetu je, aby žiaci získali základné zručnosti a návyky v pomocných prácach v kuchyni, podľa individuálnych možností a schopností každého žiaka s AU alebo PVP s MP, s perspektívou ich využitia aj v každodennom živote.

Obsah predmetu nadväzuje na predchádzajúce vedomosti a zručnosti žiaka so zameraním na nadobudnutie potrebných pracovných zručností pri práci v kuchyni. Je dôležitou súčasťou predprofesionálnej prípravy žiakov.

# 1. ROČNÍK

## CIELE

- Poznať a uplatňovať bezpečnostné pravidlá pri práci v kuchyni,
- vedieť sa orientovať v priestoroch kuchyne,
- poznať zariadenie kuchyne a vedieť ho adekvátne používať,
- kooperovať pri spoločných aktivitách,
- oboznámiť sa so základnými kuchynskými spotrebičmi,
- osvojiť si dodržiavanie hygienických návykov, poriadku, čistoty na pracovisku,
- dodržiavať bezpečnostné a hygienické predpisy,
- vedieť správne používať základné čistiace prostriedky,
- oboznámiť sa s triedením odpadkov a významom triedenia,
- vedieť roztriediť jednotlivé druhy potravín – do chladničky, potravinovej skrinky a pod.,
- zvládnuť odkladanie pracovných nástrojov na určené miesto,
- spolupracovať pri nákupe potravín.

## OBSAH

### **Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci**

Bezpečnostné predpisy a ochranu zdravia pri práci v kuchyni.

Prvá pomoc pri úraze. Oboznámenie sa s podávaním prvej pomoci pri úraze na pracovisku.

Osobná hygiena a udržiavanie hygieny na pracovisku.

Pracovný odev – význam, použitie, udržiavanie pracovného odevu.

### **Zariadenie a vybavenie v kuchyne a pracovný odev**

Oboznámenie sa so zariadením kuchyne a jeho využitím.

Vybavenie kuchyne – hrnce, panvice, nože, riad, na pečenie, pomôcky do kuchyne, elektrické spotrebiče, plastové boxy a dózy, utierky, chňapky.

Pracovný odev – zásterá, čiapka, plášť, gumené rukavice a iné.

Triedenie príborov, riadu, nástrojov.

Triedenie jednotlivých druhov potravín.

### **Hygiena a poriadok v kuchyni**

Používanie čistiacich a dezinfekčných prípravkov.

Udržiavanie poriadku a čistoty v priestore kuchyne, v príručných priestoroch, šatni.

Umývanie pracovných nástrojov, strojov a pracovného náradia.

Odkladanie pracovných nástrojov na správne miesto.

Zbieranie použitého riadu a ukladanie na určité miesto.

Umývanie, utieranie a ukladanie čistého riadu a príboru na určené miesto.

Umývanie, utieranie a ukladanie čistých tanierov, pohárov na určené miesto.

Čistenie sporáka, drezu, chladničky, obkladov.

Zametanie – s malou a veľkou metlou, použitie lopatky.

Upratovanie kuchynských skriniek, zásuviek.

### Sanitačné práce v kuchyni

Čistenie a dezinfekcia tanierov, príborov.

Umývanie a dezinfekcia kuchynských stolov.

Umývanie a dezinfekcia obkladačiek.

Zametanie a čistenie podláh.

Obsluha umývačky riadu.

### Odpad v kuchyni

Druhy odpadu. Triedenie kuchynského odpadu. Nádoby na odpad (koše, kuka- nádoby a iné). Pravidelné vynášanie odpadkov na určené miesto.

### **Nákup potravín a skladovanie potravín**

Nakupovanie potravín samostatne/ s pomocou. Návšteva obchodu. Výber a nákup potravín potrebných na varenie. Výber zdravotne nezávadných potravín -- dátum výroby/spotreby, vzhľad, farba, vôňa a iné.

Uskladňovanie potravín samostatne/ s pomocou. Skladovanie potravín v chladničke a mrazničke. Skladovanie potravín na určené miesto: potravinová skriňa, komora, sklad a iné.

### **Pomocné práce pri príprave jednoduchých studených jedál**

Natieranie chleba, nalievanie čaju, mlieka a iných nápojov.

Nalievanie vody, čaju, nápojov

Natieranie chleba, pečiva

Triedenie a výber zdravej, nepoškodenej zeleniny a ovocia.

Umývanie, čistenie, krájanie ovocia a zeleniny – jablko, banán, zemiaky, mrkva práca so škrabkou, strúhadlom

Krájanie a miešanie ovocných a zeleninových šalátov.

Čistenie, strúhanie, krájanie ovocia, zeleniny.

### **Pomocné práce pri príprave teplých a studených nápojov**

Triedenie a výber zdravej, nepoškodenej zeleniny a ovocia na odšťavovanie.

Umývanie, čistenie a lúpanie ovocia a zeleniny.

Odšťavovanie ovocia.

Príprava jednoduchého teplého a studeného nápoja

Otváranie fliaš otváračom

### **Stolovanie**

Prestieranie k stolovaniu - podávanie studených jedál a nápojov.

## **PROCES**

Dôležité je naučiť žiakov dodržiavať bezpečnostné predpisy vzhľadom k sebe samému, ale aj k ostatným ľuďom v kuchyni. Oboznamujú sa s hygienickými predpismi potrebnými pri práci v kuchyni, a ich praktickým dodržiavaním. Učia sa orientovať na pracovisku, odkladať pracovné pomôcky, na správne miesto, poznať svoje miesto na pracovisku.

Je nevyhnutné aby žiaci pri práci v kuchynke používali ochranný odev – zástera, rukavice, šatka, a poznali jeho význam.

Imitáciou a odpozorovaním viesť žiakov k čo najsamostatnejšiemu a zautomatizovanému osvojovaniu si pracovných zručností a návykov.

Je dôležité zvoliť vhodné metódy, formy, prostriedky, pomôcky, vhodnú formu motivácie, optimálnu náročnosť a čas potrebný na vykonanie úlohy, členenie úlohy na jednotlivé kroky.

Jednotlivé pracovné činnosti je potrebné realizovať tak, aby sa pravidelne striedali, opakovali a postupne nadobúdala charakter upevňovania a prehľbovania jednotlivých pracovných činností, čím dôjde k vytvoreniu pracovných stereotypov.

Volíme postupný prechod od jednoduchších konkrétnych činností k zložitejším, s jasnou postupnosťou krokov pri ich vykonávaní.



Pri samostatnej práci činnosti sa často u žiakov s AU alebo PVP s MP stretávame s malou iniciatívou a neschopnosťou sledovať postupnosť činnosti a riadiť tak samostatne pracovný postup – tu je nutné poznať konkrétneho žiaka, čím sa ako je ho možné motivovať a upútať pozornosť.

Z hľadiska kladenia požiadaviek volíme také požiadavky, ktoré akceptujú individuálne schopnosti a možnosti žiaka s AU alebo PVP s MP. Ako motiváciu využívame tie praktické zručnosti, ktoré žiak vykonáva rád a preferuje ich pred ostatnými.

Dôležité je jasné zadanie pokynov, vytvorenie jednoznačných informácií o jednotlivých krokoch úlohy.

Treba dbať na to, aby sa žiak naučil všetky pracovné činnosti správne, pretože každý zle naučený pracovný návyk sa spätne ťažko napráva.

Obsah predmetu sa realizuje v čo najväčšej miere v prirodzených podmienkach a v situáciách v ktorých bude žiak danú činnosť v reálnom živote bude vykonávať.

Pri nácviku jednotlivých činností zručností a používania rôzneho kuchynského náradia sme žiakom nápomocní pri jednotlivých činnostiach až kým nepríde k dôkladnému a bezpečnému zvládnutiu konkrétnej činnosti, kedy pomoc postupne odnímame a nechávame žiaka vykonávať činnosť samostatne pod dohľadom.

Dôraz treba klásť na dodržiavanie bezpečnosti pri práci, používanie ochranných pomôcok pri úprave jednoduchých jedál, ako aj pri údržbe kuchynky a príslušenstva.

Je nevyhnutný individuálny prístup pri kladení požiadaviek na jednotlivých žiakov a hlavne vytvoriť dodatočne veľký priestor na nácvik danej zručnosti s prihliadnutím na možnosti a schopnosti každého žiaka s AU alebo PVP s MP.

## 2. ROČNÍK

### CIELE

- Dodržiavať bezpečnostné a hygienické zásady pri práci v kuchyni, na pracovisku,
- osvojiť si zručnosti potrebné na vykonávanie pomocných prác v kuchyni,
- organizovať si prácu samostatne/s pomocou,
- rešpektovať pokyny učiteľa,
- upevňovať základnú orientáciu v priestoroch cvičnej kuchyne,
- poznať a vedieť správne používať čistiace prostriedky v kuchyni, dodržiavať bezpečnosť pri práci s nimi,
- poznať elektrospotrebiče používané pri práci v kuchyni, učiť sa s nimi bezpečne manipulovať pod dohľadom,
- zvyšovať samostatnosť pri vykonávaní rôznych pracovných činností pri práci v kuchyni
- vedieť správne uskladňovať potraviny,
- vedieť správne triediť odpad a poznať význam triedenia,
- samostatne zvládnuť čistenie a dočistenie ovocia a zeleniny,
- zvládnuť vykonávanie jednoduchých pomocných prác pri príprave jedál.

### OBSAH

#### **Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci**

Dodržiavanie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v kuchyni. Predchádzanie úrazom. Hygiena pri práci v kuchyni.

#### **Hygiena a poriadok v kuchyni**

Dodržiavanie hygieny a poriadku na pracovisku (ako v predchádzajúcom ročníku). Význam pre zdravie človeka, predchádzanie infekčným chorobám.

#### **Nákup a uskladňovanie potravín**

Nakupovanie a uskladňovanie potravín podľa potreby. Návšteva rozličných obchodov s potravinami. Poznávanie základných druhov potravín.

#### **Pomocné práce pri príprave studených jedál**

Príprava šalátu, čistenie, krájanie, miešanie surovín do šalátu. Úprava zeleniny na tanieri.

Príprava mís a tanierov z ovocia a zeleniny.

Vykrajovanie ovocia a zeleniny – použitie rôznych krájačov.

Natieranie chleba, pečiva.

Miešanie šalátov, práce podľa konkrétnej činnosti kuchyne.

#### **Pomocné práce pri príprave varených jedál**

Čistenie a dočisťovanie zemiakov a zeleniny, krájanie zemiakov a zeleniny.

Varenie, dusenie, zemiakov.

Umývanie, čistenie a dočisťovanie zemiakov a zeleniny.

#### **Pomocné práce v jedálni**

Čistenie a umývanie jedálenských stolov. Čistenie a umývanie podláh. Leštenie príborov a tanierov. Zbieranie použitého riadu, umývanie, utieranie, odkladanie na správne miesto

#### **Stolovanie**

Jednoduché prestieranie (zloženie tanierov, príborov, pohárov, obrúskov).

Základy stolovania, hlavné zásady, úprava stola, obsluha hostí.  
Prestieranie, stolovanie pre viacerých ľudí.

## **PROCES**

Pri pomocných prácach v kuchyni dbáme na prirodzené, nie prestimulované prostredie, dobrú orientáciu v prostredí, jednoznačnosť zadávaných úloh a zváženie náročnosti pracovnej činnosti pre konkrétneho žiaka.

Prioritou zo strany pedagóga je zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, dbáme na ich zásady bezpečnosti, ktoré je potrebné neustále opakovať, utvrdzovať a kontrolovať ich realizáciu.

Pri vykonávaní pracovných činností postupujeme od najjednoduchších úloh k zložitejším, dôraz kladieme na dobré zvládnutie zadávanej činnosti. Volíme jasnú postupnosť krokov, jasné zadávanie pokynov, jednoznačnosť informácií o jednotlivých krokoch úlohy.

Pri nácviku jednotlivých zručností a používania kuchynského náradia sme žiakovi nápomocní pri jednotlivých činnostiach (môžu byť rôzne formy a miera pomoci – úplná fyzická pomoc, slovný návod, predvedenie činnosti, až kým nepríde k dôkladnému a bezpečnému zvládnutiu konkrétnej činnosti. Postupne pomoc znižujeme a nechávame žiaka pracovať samostatne pod dohľadom učiteľa. Dbáme na to, aby bol žiak pri realizácii pracovných činností úspešný, čím ho motivujeme k lepším výkonom a spolupráci.

## 3.ROČNÍK

### CIELE

- Dodržiavať základné pravidla bezpečnosti pri práci v kuchyni,
- vedieť samostatne/s pomocou organizovať si prácu,
- dodržiavať základné hygienické návyky pri práci,
- vedieť pracovať, vykonávať pomocné práce v každej kuchyni samostatne/s pomocou,
- viesť žiaka k samostatnosti a dôslednosti pri práci v kuchyni,
- poznať práva a povinnosti zamestnanca.

### OBSAH

#### **Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci**

Dodržiavanie základných predpisov bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci v kuchyni. Predchádzanie úrazom. Hygiena pri práci s potravinami. Nosenie pracovných odevov pri práci v kuchyni – zásterka, plášť, čiapka, blúza, košeľa a iné.

#### **Hygiena a poriadok v kuchyni**

Význam poriadku a čistoty v kuchyni. Udržiavanie poriadku a čistoty v kuchyni.

#### **Pomocné práce pri príprave studených jedál**

Umývanie, čistenie a krájanie zeleniny. Ukladanie na tanier, misu.  
Miešanie šalátov – servírovanie.

#### **Pomocné práce pri príprave varených jedál**

Čistenie a dočisťovanie zemiakov a zeleniny  
Mletie, lúpanie, miešanie, natieranie, nalievanie, krájanie, strúhanie  
Umývanie mäsa, zeleniny. Krájanie, miešanie, obaľovanie a iné.

#### **Pomocné práce pri príprave múčnikov a múčnych jedál**

Váženie múky, cukru, preosievanie múky. Miešanie, šľahanie a iné.

#### **Pomocné práce v jedálni**

Práce pri výdaji obedov. Príprava jedálne. Príprava inventára potrebného na výdaj odevov.  
Odkladanie použitého inventára. Umývanie, utieranie a ukladanie čistého inventára.  
Ukladanie odpadkov.

#### Práce po ukončení výdaja obedov

Sanitačné práce v kuchyni, jedálni, šatni, príručnom sklade

#### **Nácvik základov obsluhy**

Naučiť žiaka samostatne obslúžiť sa, a aj iných (doniesť si jedlo, nápoj a pod.).

### PROCES

V 3. ročníku by sa mal obsah predmetu realizovať podľa možností školy, regiónu ale predovšetkým schopností žiaka s AU alebo PVP s MP v reálnych podmienkach, čiže v skutočnom stravovacom zariadení.